کشتہ ہڑتال گئودنتی

مجموعہ و انتخاب

ڈاکٹر تنویر اقبال بٹ صاحب

کمپوزنگ، تالیف و پی ڈی ایف میکر

حکیم ایم ارشد شاہین لاہور

کشتہ ہڑتال گئودنتی

مجموعہ و انتخاب

ڈاکٹر تنویر اقبال بٹ صاحب

کمپوزنگ، تالیف و پی ڈی ایف میکر

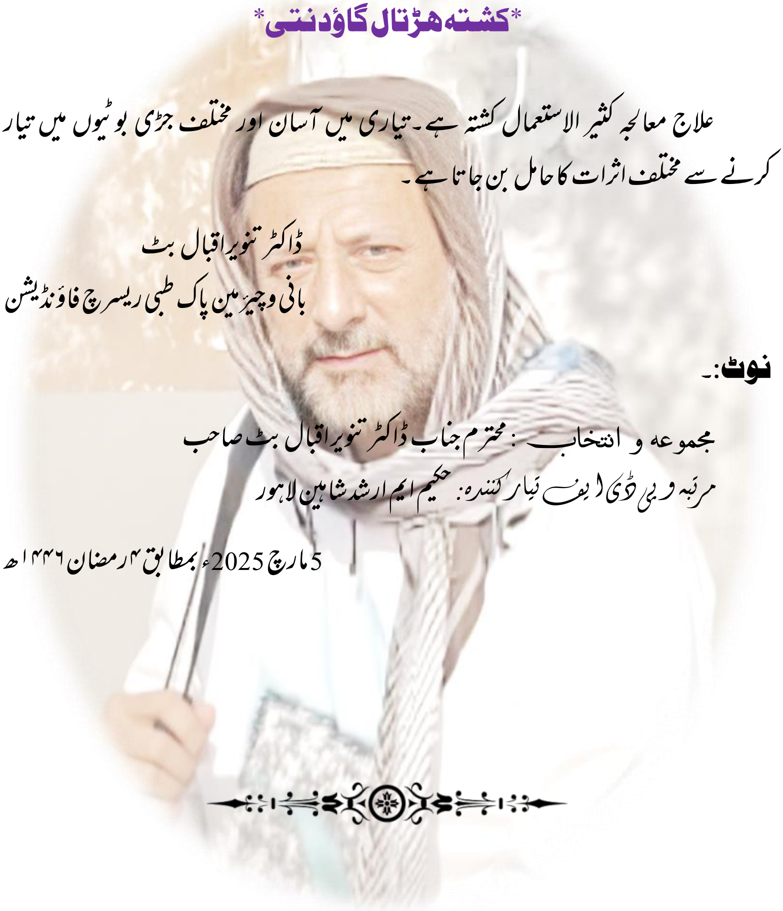
حکیم ایم ارشد شاہین لاہور

0323-4422244

فہرست مضامین

ٹاپک﴿TOPIC﴾

کشتہ ہڑتال گاؤدنتی



علاج معالجہ کثیر الاستعمال کشتہ ہے۔تیاری میں آسان اور مختلف جڑی بوٹیوں میں تیار کرنے سے مختلف اثرات کا حامل بن جاتا ہے۔

ڈاکٹر تنویراقبال بٹ
بانی وچیئرمین پاک طبی ریسرچ فاؤنڈیشن

نوٹ:۔

مجموعہ و انتخاب : محترم جناب ڈاکٹر تنویراقبال بٹ صاحب

مرتبہ و پی ڈی ایف تیار کنندہ: حکیم ایم ارشد شاہین لاہور

5 مارچ 2025ء بمطابق ۴ رمضان ۱۴۴۶ھ

اصطلاحاتِ کشتہ سازی

ڈاکٹر تنویر اقبال بٹ
بانی وچیرمین پاک طبی ریسرچ فاؤنڈیشن

کسی بھی فن یا گفتگو میں اختصار کی خاطر اہلِ علم اور اہلیانِ فن کچھ اصطلاحات استعمال کر لیتے ہیں۔۔۔ اصطلاح دراصل کسی لمبے پراسس یا گفتگو کا ماحاصل ہوتی ہیں۔ اور مخصوص فن پہ گفتگو کرنے والے ان اصطلاحات وضع بھی کرتے ہیں۔ استعمال بھی کرتے ہیں اور اس فن سے دلچسپی رکھنے والوں پہ لازم ہوتا ہے کہ وہ ان اصطلاحات کی مکمل معرفت رکھیں۔ تاکہ آئیندہ فنان کی گفتگو میں کوئی امر پوشیدہ نہ رہے۔ یا صاحب گفتگو کو باربار وضاحت کرتے ہوئے اختصار کا دامن نہ چھوڑنا پڑے۔

لہذا فن کشتہ سازی میں بھی اہلیان فن نے متعدد اصطلاحات وضع کر رکھی ہیں۔۔۔ آج کے ٹاپک کے مطابق ہم ان کا ذکر بھی کریں گے، جائزہ بھی لیں گے اور کچھ مقامی لوگوں کی وضع کردہ اصطلاحات کو بھی زیرِ بحث لائیں گے۔

لفظ کشتہ فارسی زبان کا لفظ ہے۔ جس کا مصدر کشتن (مارنا) ہے۔ یعنی کشتہ کے معنی ہیں۔۔ مارا ہوا۔۔

سنسکرت میں لفظ بھسم مستعمل ہے۔ اور وید صاحبان اکثر لفظ بھسم ہی استعمال کرتے آئے ہیں۔ بھسم کے معنی ہوتے ہیں۔۔ خاک یا راکھ۔۔۔

لیکن واضع رہے کشتہ جات کو راکھ یا بھسم کہنا محض استعارہ کے طور پہ استعمال کیا گیا ہے۔۔ ورنہ راکھ یا خاک اور ایک کشتہ میں کافی فرق ہوتا ہے۔۔۔ کیونکہ راکھ یا خاک میں اصل کے مکمل خواص واثرات ہونا ضروری نہیں ہوتے۔۔ جبکہ کشتہ میں اصل چیز کے مکمل خواص واثرات

بلکہ سریع النفوذ حالت میں ہوتے ہیں۔ اور ایک اعلیٰ کشتہ کبھی بھی اپنے اصل کے اوصاف کو نہیں چھوڑتا۔

اس کے علاوہ عربی میں تکلیس کا لفظ مستعمل ہے۔ اور کسی بھی کشتہ کے کیلئے مکلس کا لفظ استعمال کیا جاتا ہے۔۔۔ مکلس کے معنی جلا کر چونا کی شکل میں بنایا ہوا۔۔۔

یہ تینوں الفاظ۔۔ کشتہ، مکلس اور بھسم مترادف کے طور پہ مستعمل ہیں۔

اس کے علاوہ کچھ خاص علاقہ کے لوگ لفظ۔۔۔ مارن۔۔ بھی استعمال کرتے ہیں۔ یعنی سونا چاندی یا قلعی مارنا۔۔ وغیرہ۔۔ البتہ لفظی لحاظ سے یہ لفظ بھی کشتہ کے ہی معنی میں آتا ہے۔

اس کے علاوہ ۔۔ احراق اور صلایہ کا لفظ بھی اس فن میں استعمال ہوتا دیکھا جا سکتا ہے۔۔۔

احراق کا معنی تو جلا ہوا ہی ہے۔۔۔ لیکن صلایہ سے مراد کسی بھی چیز کو محض رگڑائی یا کھرلائی سے اس قدر رقیق و لطیف کر دینا ہے کہ وہ ایک کشتہ کی طرح ہی جاذب کیفیت کا حامل ہو جاتا ہے۔ یعنی ایک کشتہ کی مانند ہی جسم انسانی میں بخوبی نفوذ و جذب ہو جاتا ہے۔

ضمنی طور پہ عرض کرتا چلوں کہ کسی بھی چیز کے کشتہ کرنے کی غرض و غایت صرف یہی ہوتی ہے کہ اسے انسانی جسم میں قابل ہضم و جذب بنایا جا سکے۔ اور سریع النفوذی بھی مقصود ہوتی ہے۔

کشتہ جات کے کچھ فوائد یا ضرورت یا اہمیت بارے بات کرنا بھی مناسب ہو گا۔ کیونکہ جب تک کسی چیز کی غرض و غایت اور آفادیت و اہمیت واضع نہ کی جائے اس بارے شوق اکمل و کامل کا درجہ حاصل نہیں کرتا۔

کشتہ جات کی اہمیت اس حقیقت سے واضع ہو جاتی ہے کہ آج کے دور میں تقریبا ہر طریقہ علاج میں ان کا استعمال کیا جاتا ہے۔

آیورویدک میں تو کشتہ جات اس فن کی شان ہیں ہی لیکن طب یونانی میں بھی اب کثرت سے مستعمل ہیں۔۔۔ ہومیوپیتھک میں پوٹیسی کی شکل میں انہیں استعمال کیا جاتا ہے۔۔۔ یہاں تک کہ

جدید دور کا جدید طریقہ علاج الوپیتھک میں بھی فولاد، جست، چاندی جیسی دھاتیں کامل یا ناقص کشتہ کی شکل میں بکثرت مستعمل ہیں۔ اور سم الفار، گندھک، زنک وغیرہ کو مشینری کے ذریعے انتہائی لطیف کرکے مختلف مرکبات میں استعمال کیا جارہاہے۔ (اگرچہ اہلیان فن الوپیتھک کے اس طریقہ کو ناپسند کرتے ہیں)۔

کشتہ جات کی مقدار خوراک انتہائی قلیل ہونے کی وجہ سے استعمال کرنا آسان ہے۔

دوسری ادویات کی نسبت کشتہ جات قوی الاثر اور سریع النفوذ اثرات کے حامل ہوتے ہیں۔

اکثر کشتہ جات جتنے پرانے ہوں اتنا بہتر رزلٹ دیتے ہیں۔ لہذا ان کی ایکسپائری بھی نہیں ہوتی۔ (نااہل اور اس فن سے ناآشنا لوگ ان کی ایکسپائری تاریخ لکھنے کا بھی مطالبہ کرتے ہیں)

نا امیدی کی حالت میں جبکہ مریض کی حالت ضعف کی طرف مائل ہو کر نبض بھی انتہائی ضعیف اور مدھم ہو چکی ہوتی ہے۔ یہ کشتہ جات کسی بھی جدید انجیکشن سے سریع اثرات کے کرشمات دیکھاتے ہیں۔

اکثر اکسیری کشتہ جات کا اثر تادیر قائم و دائم رہتا ہے۔

مقدار خوراک قلیل ہونے کی وجہ سے کسی بھی طبیب کے مختصر سے طبی بیگ میں پورا دواخانہ اور کثیر التعداد امراض کی ادویات سما جاتی ہیں۔۔ بلکہ دواخانہ کے ایک چھوٹے سے ریک میں ایک کثیر تعداد کے امراض کی ادویات (کشتہ جات) رکھی جا سکتی ہیں۔

ایک دفعہ تیار کرلئے جائیں تو تا عمر کام آتے رہتے ہیں۔۔۔

دوستو! اب ہم بات کرتے ہیں۔کشتہ سازی میں استعمال ہونے والی اصطلاحات بارے۔۔ تاکہ انہیں ازبر کرلیا جائے اور آگے گفتگو کرتے وقت کسی نوآموز کو ان بارے بار بار دریافت نہ کرنا پڑے۔

تو آئیے آج پھر چند اصطلاحات بارے جانکاری حاصل کرتے ہیں۔

روائیتی اور کلاسیکل کشتہ سازی میں۔۔اپلے/اوپلے/پاتھیاں وغیرہ کثرت سے استعمال ہوتی ہیں۔۔۔

کوئی بھی کشتہ جب آگ کے ذریعہ تیار کیا جاتا ہے۔ تو وہاں۔۔اوپلے، کوئلہ، لکڑی، چیتھڑے، سوتر، چولہا وغیرہ کے ذریعے آگ دی جاتی ہے۔

لیکن اوپلے ان سب میں سے زیادہ استعمال ہوتے ہیں۔

اوپلے چوپایوں کے گوبر(فضلہ) سے تیار کیا جاتا ہے۔۔۔جو اوپلے عام تیار کئے جاتے ہیں۔انہیں خانگی اوپلے کہتے ہیں۔۔۔اگر یہ چپٹی سی شکل کے ہوں تواوپلے اوراگر موٹے اور گول یا مخروطی شکل کے بڑے سائیز میں ہوں تو ٹینڈلے کہلاتے ہیں۔

جو خشک گوبر جنگل وغیرہ میں چرنے والے جانوروں کا اکٹھا کیا جاتا ہے۔انہیں صحرائی اوپلے کہتے ہیں۔

اوپلے خانگی اوراوپلے صحرائی کی آگ کے ٹمپریچر یعنی درجہ حرارت کا فرق ہوتا ہے۔

اوراسی طرح گول بڑے اوپلے(ٹینڈلے) کی حرارت کا فرق اور جلنے کے وقت میں بھی فرق ہوتا ہے۔۔۔

* لہذا کسی بھی کشتہ میں جس چیز یا جس نوعیت کی آگ کا ذکر اہلیان فن اور تجربہ کار نے بتایا ہو۔اس میں کمی بیشی نہیں کرنی چاہیئے۔ ہاں آپ نیا تجربہ کرنا چاہتے ہیں تو وہ الگ بات ہے۔۔۔اسی طرح کشتہ جات کی آگ کبھی کھلی ہوامیں دی جاتی ہے۔ کسی کو بند کمرے میں اور کسی کو گڑھے میں آگ دی جاتی ہے۔

اسی طرح کسی کو اوپلوں کی آگ اور کسی کو چیتھڑوں یا پٹ سن وغیرہ کی بوری میں لپیٹ کر آگ دی جاتی ہے۔۔۔یاد رہے چیتھڑے ہمیشہ سوتی کپڑے کے یا سوتی ٹاٹ وغیرہ کے ہونے چاہیئں۔ریشمی قطعاً نہیں۔۔۔

بعض کشتہ جات کو بہت دھیمی آگ دینے کی خاطر ایک چوبی یا دوچوبی یا بیری یا پیپل کی انگلی جتنی موٹی لکڑی کا آگ دینے کا کہا جاتا ہے۔۔ تو آجکل جدید دور میں گیس کے چولہے پہ آگ کی کمی

بیشی کی سہولت سے فائدہ اٹھایا جا سکتا ہے۔ لیکن یہ نیا تجربہ ہی ہوگا۔۔ ہم ان شاء اللہ کشتہ جات کے ٹاپک کے دوران اوپلوں کی آگ اور چولہے وغیرہ کی آگ کے فرق کو باقاعدہ پریکٹیکلی بھی دکھائیں گے۔۔۔ کہ کون سا کشتہ کس درجہ حرارت میں گیس وغیرہ کے چولہے پہ بھی تیار کیا جا سکتا ہے۔۔۔ یہ ہم جیسے گنجان آبادیوں والے شہروں میں رہنے والے شوقین حضرات کے لئے بہت بڑی سہولت کا باعث ہوگا۔

کوزہ گلی اور گلحکمت کرنا

کشتہ کی تیاری میں کوزہ گلی کا ذکر اکثر کیا جاتا ہے۔۔ تو برادرم۔۔ کوزہ گلی کہتے ہیں۔ مٹی کے برتن کو۔۔۔ یہ عام غیر روغنی مختلف سائیز کے گول شکل کے برتن ہوتے ہیں جو آپ کو مٹی کے برتن فروخت کرنے والی دوکانوں سے آسانی سے مل جائیں گے۔ ان برتنوں کو پانی نہیں لگا ہونا چاہیئے۔۔۔ اور اسی وجہ سے بعض اوقات "کوزہ گلی نا آب رسیدہ" کی اصطلاح بھی استعمال کی جاتی ہے۔ یعنی مٹی کا ایسا برتن جسے پانی نہ لگا ہو۔۔۔

بعض دفعہ کٹھالی کا بھی ذکر کر دیا جاتا ہے۔۔۔ یہ بھی مٹی کے برتن والی دکانوں سے مل جاتی ہے۔ ورنہ سناروں کی اشیاء بیچنے والوں کی دکان سے تو لازمی مل جاتی ہیں۔

یہ تمام باتیں یاد رکھنے والی ہیں۔ تاکہ کوئی بھی کشتہ بنانے سے قبل آپ یہ تمام اشیاء پہلے سے خرید کر رکھ لیں۔

اب سب سے اہم چیز کی طرف آتے ہیں۔ یعنی گلحکمت کرنا۔۔۔ تو برادرم یہ بھی ایک مکمل طریقہ کا نام ہے۔ کہ جس کوزہ یا برتن میں کشتہ کرنا ہوتا ہے۔ اسے مخصوص مٹی اور جالی دار سوتی کپڑے سے ملفوف کیا جاتا ہے۔ تاکہ آگ دینے کے دوران حرارت کی وجہ سے کوزہ پھٹ نہ جائے یا کشتہ کرنے والی چیز کا کوئی بھی جزو مؤثرہ ضائع نہ ہو جائے۔۔۔

گلحکمت کرنے کے لئے کچھ مخصوص چیزیں استعمال کی جاتی ہیں۔۔۔

سب سے پہلے اور قدیمی طریقہ تو مخصوص مٹی سے گلحکمت کرنا ہے۔۔۔ اس کے لئے ہمارے تجربہ میں وہ مٹی کچھ اس نسبت سے تیار کی جاتی ہے۔

چکنی مٹی : چار حصے ۔ ریت : دو حصے ۔ شکر : ایک حصہ ۔ نمک : نصف حصہ ۔

یہ چاروں چیزیں خوب اچھی طرح مکس کر کے پانی کی مدد سے معجون کی طرح لیکوڈ تیار کر لیں ۔ اور پھر جالی دار سوتی کپڑے کو اس آمیزے سے اچھی طرح بھگو کر کوزہ کے ارد گرد اچھی طرح لپیٹ دیں ۔ ۔ ۔ (یہ عمل ایک دفعہ سے لے کر تین چار دفعہ بھی کیا جاتا ہے ۔ لیکن یہ اس پہ منحصر ہوتا ہے کہ کس چیز کا کشتہ تیار کیا جا رہا ہے ۔) ..اور اسے ہمیشہ سایہ میں یا نرم دھوپ میں خشک کرنے کے بعد ہی آگ دینی چاہیئے ۔

یاد رہے ۔ ۔ کسی بھی کشتہ کی ترکیب میں جتنی موٹی یا پتلی تہہ گلحکمت کی بتائی جائے اس میں کمی بیشی نہیں کرنی چاہیئے اور گلحکمت شدہ برتن بھی صحیح طرح سے خشک ہونے کے بعد ہی اور جتنے وزن اوپلوں وغیرہ کی آگ بتائی گئی ہو اتنی کی دینی چاہیئے ۔

اس کے علاوہ بعض اوقات چونا اور مٹی سے گلحکمت کیا جاتا ہے ۔ اور کبھی گاچنی یا ملتانی مٹی یا پھر پلاسٹک آف پیرس کو پانی میں محلول بنا کر بھی کوزہ پہ لیپ کر کے آگ دی جاتی ہے ۔

اس کے علاوہ چکنی مٹی میں روئی اور گندم کی بھوسی (توڑی) وغیرہ مکس کر کے پانی سے آمیزہ تیار کر لیا جاتا ہے ۔ اور کئی دنوں تک اسے روزانہ ایک مرتبہ مزید پانی لگا لگا کر اچھی طرح مکس کیا جاتا ہے ۔ یہاں تک کہ اس میں لیس سی پیدا ہو جاتی ہے ۔ اور پھر اس میں اوپر بیان کردہ طریقہ کے مطابق ہی کپڑے وغیرہ کو لتھڑ کر کوزہ پہ چڑھا دیا جاتا ہے ۔

کشتہ کرنے سے قبل مذکورہ بارہ طریقہ سے کوزہ اور اس کے ڈھکن کو علیحدہ علیحدہ گلحکمت کر کے خشک کر لینا چاہیئے ۔ تاکہ بوقت ضرورت اس میں کشتہ کرنے والی چیز رکھ کر ڈھکن اور کوزے کو قدرے تیار کردہ مٹی لگا کر منہ بند کر دیا جائے ۔ ۔ ۔ اور اس کے جوڑ پہ بھی پھر مٹی سے لتھڑے کپڑے کی پٹی لگا دینی چاہیئے ۔ اور اسے بھی خشک ہونے کے بعد ہی اگ میں رکھنا چاہیئے ۔ ۔ ۔

اب ہم بات کریں گے ان مخصوص اصطلاحات کی جو آگ کی اقسام بارے ہیں ۔ یعنی کتنی مقدار میں اور کس نوعیت یا مخصوص طریقہ سے آگ دینی ہے ۔ ۔ ۔ ۔

جاری ہے ۔ ۔ ۔ ۔ ۔ ۔ ۔ ۔ ۔ ۔ ۔ ۔ ۔ ۔ ۔ ۔

گلحکمت

ڈاکٹر تنویراقبال بٹ
بانی وچیرمین پاک طبی ریسرچ فاؤنڈیشن

کشتہ سازی میں گلحکمت ایک بہت ہی اہم پراسس ہوتا ہے۔کشتہ کرنے والی دوا کو برتن میں بند کر کے مخصوص گیلی مٹی وغیرہ کا لیپ کرنا گلحکمت کہلاتا ہے۔یہ کیوں ضروری ہوتا ہے؟۔ تواس کی کئی وجوہات یا فوائد ہوتے ہیں۔

1۔دوائی والا برتن آگ کی تیز اور شدید حرارت کی وجہ سے پھٹنے یا ٹوٹنے سے محفوظ رہتا ہے۔چاہے وہ مٹی کا کچا کوزہ ہو یا روغنی یا چینی یا شیشے کا۔۔ گلحکمت کی وجہ سے ٹوٹنے، پگھلنے یا چٹکنے وغیرہ کا خدشہ نہیں رہتا۔

2- بعض ادویات کو مختلف جڑی بوٹیوں کے رس یا پانی وغیرہ میں کھرل کیا ہوتا ہے۔تو گلحکمت کی وجہ سے ان کے اجزائے مؤثرہ کوزہ میں ہی محفوظ رہتے ہیں۔

3- گلحکمت شدہ کوزہ کے اندر دوا محفوظ ہونے کی وجہ سے بیرونی غیر متعلقہ آمیزش سے محفوظ رہتی ہے۔

4- بعض ادویات کو وقفہ وقفہ سے کئی مرتبہ آگ دینا ہوتی ہے۔ تو گلحکمت میں محفوظ ہونے کی وجہ سے بغیر کھولے یا بغیر کوزہ بدلے بار بار آگ دی جا سکتی ہے۔

5- گلحکمت کی وجہ سے دوا کے کثیف اجزاء کے ساتھ ساتھ لطیف اجزاء بھی ضائع نہیں ہوتے بلکہ محفوظ اور شامل دوا رہتے ہیں۔

گلحکمت کی تیاری میں سب سے پہلے متعلقہ اجزاء کا مہیا کرنا ہوتا ہے۔۔۔۔

اول انتخاب مٹی کا ہوتا ہے۔۔۔

گلحکمت کے عمل میں اپنی اپنی دسترس اور علاقہ کے لحاظ سے کئی قسم کی مٹی استعمال کی جاتی ہے۔ مثلاً چکنی مٹی، کھڑیا مٹی، ملتانی مٹی، گاچنی یا گاچی (جس سے سکول کے زمانے میں تختیوں کو پوچا کیا جاتا تھا۔ چونا، پلاسٹر آف پیرس اور دال ماش وغیرہ کا آٹا۔۔

پلاسٹر آف پیرس کا استعمال تو جدید ہے۔ سکول کالج وغیرہ میں لیبارٹریز میں اسے ہی استعمال کیا جاتا ہے۔ شہروں میں رہنے والے اسے استعمال میں لا سکتے ہیں۔

طریقہ تیاری :۔ پلاسٹر آف پیرس جو رنگ و روغن والی دکانوں سے عام مل جاتا ہے۔ سو پچاس روپے کا کلو کا پیکٹ مل جاتا ہے۔۔۔ یہ سفید پاوڈر کی شکل میں ہوتا ہے۔۔۔ اسے مناسب پانی کے اندر مکس کیا جاتا ہے۔۔ یاد رہے یہ بہت جلد خشک ہو کر سخت ہو جاتا ہے۔ لہذا اس کا پانی میں پتلا محلول تیار کرنے کے بعد ڈاکٹری سوتی پٹیاں لت پت کر کے کوزہ یا دوا کے برتن پہ لیپ کرنی چاہئیں۔۔ اور ایک لیپ جو چند منٹوں میں ہی خشک ہو جاتا ہے۔ اس پہ پھر یکے بعد دیگرے کئی تہیں چڑھانی چاہئیں۔ ایک خشک ہونے کے بعد دوسری اور تیسری تہہ لگائیں۔۔ لیکن سوتی کپڑا صرف ایک بار ہی لگانا کافی ہوتا ہے۔ لیکن اگر آگ بہت زیادہ دینی ہو تو اس مناسب سے دوبارہ بھی پٹی لگائی جا سکتی ہے۔ پٹی یا کپڑا لپیٹتے وقت اس بات کی پوری تسلی کر لینی چاہیئے کہ کوزہ کا کوئی حصہ پٹی سے یا کپڑے سے خالی نہ رہے۔۔۔ اسے بعض لوگ "کپڑ دتی" یا "کپڑ وتی" بھی کہتے ہیں۔

مندرجہ بالا طریقہ پلاسٹر آف پیرس یا دوسری تیار کردہ مٹی وغیرہ کے آمیزے پہ یکساں اپلائی ہوتا ہے۔

کھڑیا مٹی سے گلحکمت کا محلول تیار کرنے کا طریقہ کچھ اس طرح ہے۔

کھڑیا مٹی کو پہلے کوٹ پیس کر کسی باریک چھلنی سے صاف کر لیں کہ اس میں کوئی ڈھیلا یا گٹھلی وغیرہ نہ رہنے پائے۔ (یہ مٹی سناروں کی کٹھالی اور دوسری چیزیں بیچنے والی دکانوں سے عام مل جاتی ہے۔) یہ مٹی اکثر چمکدار ہوتی ہے۔ یعنی اس میں ابرک کی کچھ مقدار موجود ہوتی ہے۔۔ اور چمک نہ ہو تو ایک کلو کھڑیا مٹی میں پچاس ساٹھ گرام ابرک کا کپڑچھان سفوف ملا لینا چاہیئے۔

اب دوسرے مرحلے میں اس تیار کردہ مٹی کو مناسب پانی میں بھگو دیں۔ اور کسی ڈنڈے وغیرہ سے اچھی طرح گھوٹتے ہوئے مکس کریں۔ اور گھوٹنے کے دوران ایک کلو مٹی میں سو گرام

تک وقفہ وقفہ سے روئی یا توڑی یا دھان وغیرہ کا بھوسہ یا گھوٹے کی لید بھی شامل کر دینی چاہیئے۔۔۔ تاکید ہے کہ روئی وغیرہ تھوڑی تھوڑی کر کے ملانی چاہیئے۔۔۔ اور دو تین دن تک روزانہ گھنٹہ دو گھنٹہ ہاتھوں سے بلوتے رہیں۔ یعنی مکس کرتے رہیں اس طرح قدرے لیس دار مٹی تیار ہو جائے گی جو گلحکمت کے لئے بہترین کپڑوتی کے کام آئے گی۔

(جن لوگوں کے قریب مٹی کے برتن تیار کرنے والے کمہار موجود ہوں تو وہ ان سے یہ تیار شدہ مٹی حاصل کر سکتے ہیں۔)

اس کے علاوہ ہم کچھ اجزاء کی خاص نسبت سے ایک بہترین مٹی تیار کرتے ہیں۔ جو پہلے بھی بیان کر چکا ہوں۔ یہاں دوبارہ اجزاء ترکیبی شئیر کر رہا ہوں۔

صاف چکنی مٹی۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔ڈیڑھ کلو

ریت۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔سوا کلو

شکر۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔نصف کلو

نمک۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔دو سو پچاس گرام

شکر اور نمک کو دو لٹر پانی میں اچھی طرح گھول لیں۔ اور دوسری طرف مٹی اور ریت کو مکس کر لیں۔ پھر شکر نمک والا پانی اس ریت مٹی میں تھوڑا تھوڑا ڈال کر اچھی طرح سے مکس کرتے اور گھوٹتے رہیں۔ تاآنکہ سارا پانی شامل ہو جائے۔ اگر امیزے گاڑھا ہو تو قدرے سادہ پانی مزید ملایا جا سکتا ہے۔۔۔ یہ فوری استعمال کے لئے تیار ہے۔۔ پہلے سے بیان کردہ طریقے کے مطابق اس آمیزے سے دوائی کے برتن کو گلحکمت کریں۔

گلحمت میں احتیاطیں

کوزہ پہ تیار کردہ مٹی کا لیپ یکساں طور پہ کرنا چاہیئے کہ کوئی جگہ خالی نہ رہنے پائے۔

مٹی کا ایک لیپ قدرے خشک ہونے کے بعد دوسری اور تیسری تہہ چڑھانی چاہیئے۔

کپڑوٹی کرنے کے لئے ہمیشہ مکمل سوتی اور باریک جالی دار کپڑا استعمال کرنا چاہیئے۔۔۔ بہتر ہے کہ ڈاکٹری والی سوتی پٹیاں استعمال میں لائی جائیں۔

گلحکمت شدہ برتن کو دھوپ میں مکمل خشک کرنے کے بعد ہی آگ میں ڈالنا چاہیئے۔۔۔ گیلے گلحکمت سے دوا خراب بھی ہو سکتی ہے۔ اور برتن پھٹنے کا بھی اندیشہ رہتا ہے۔

گلحکمت والے برتن پہلے سے تیار کر کے سکھا لینے چاہیئں۔ پھر بوقت ضرورت ان میں دوا رکھ کر ڈھکن وغیرہ کو اچھی طرح گلحکمت کر لینا چاہیئے۔

ڈھکن گلحکمت کرتے وقت یہ احتیاط کریں کہ مٹی وغیرہ کا لیپ برتن کے اندر نہ گھسنے پائے ورنہ دوا بھی خراب ہونے کا اندیشہ برقرار رہتا ہے۔

اب اس سے اگے ہم آگ دینے کے مختلف طریقے اور ان کی مخصوص اصطلاحات کا ذکر کریں گے جو فن کشتہ سازی میں بکثرت استعمال ہوتی ہیں۔۔۔۔

جاری ہے۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔

پٹ

گلحکمت کے بعد کشتہ سازی میں دوسرا اور اہم مرحلہ آگ دینے کا ہوتا ہے۔ جس میں دوا کو مختلف طریقوں اور مختلف مقدار میں آگ دی جاتی ہے۔ اس عمل کو "پٹ" کی اصطلاح سے بیان کیا جاتا ہے۔

دوا کو سادہ یا مختلف جڑی بوٹیوں کے رس یا عرق وغیرہ میں کھرل کر کے ٹکیہ بنا کر یا جڑی بوٹی وغیرہ کے نغدہ میں رکھ کر گلحکمت کر کے مکمل خشک ہونے پر آگ دینے کے عمل کو پٹ کہا جاتا ہے۔ ان اصطلاحات کا مختصر سا تعارف کروا دیتے ہیں۔ لیکن مکمل تفصیل تو ہر کشتہ میں بھی وقتاً فوقتاً بیان کی جاتی رہے گی۔ تاکہ ہر چیز ازبر ہو جائے۔

1- بالو پٹ :۔ گلحکمت شدہ چیز کو گرم ریت کے درمیان رکھ کر آگ دینے کو بالو پٹ کہتے ہیں۔۔ یا ریت کے درمیان رکھ کر حرارت پہنچانے کو بالو پٹ کہا جاتا ہے۔

گرم ریت کے درمیان رکھنا۔

ریت کے اوپر رکھ کر نیچے حرارت دینا

ریت میں مکمل چھپا کر یا دبا کر آگ دینا۔

بالو پٹ میں یہ تینوں طریقے مستعمل ہیں۔

بالو لفظ سنسکرت کا ہے۔جس کا معنی ریت ہے۔

2- **بھانڈ پٹ :**۔ بھانڈ سنسکرت میں برتن کو کہتے ہیں۔ اس عمل میں دوا کے گلحکمت کے اوپر نیچے دھان کے چھلکے یا چاولوں کی بھوسی کے درمیان کسی برتن میں رکھ کر آگ لگا دی جاتی ہے۔

3- **بھودھر پٹ :**۔ بھودھر پہاڑ کو کہتے ہیں۔ اس عمل میں زمین میں اتنا گڑھا کھودا جاتا ہے جو گلحکمت شدہ کوزہ کے چاروں اطراف سے دو دو انچ کھلا ہو۔ پھر نیچے دو انچ ریت بچھا کر اوپر کوزہ رکھ کر ریت سے گڑھا بھر دیتے ہیں۔ یہاں تک کہ ریت کوزہ کے دو انچ اوپر تک آ جاتی ہے۔ پھر اس کے اوپر اپلے رکھ کر آگ لگا دی جاتی ہے۔

4- **کپوت پٹ :**۔ ایک فٹ چوڑا اور گہرا گڑھا کھود کر کچھ جنگلی اپلوں کا چورا نیچے بچھا کر اوپر کوزہ رکھ کر باقی مزید جنگلی اپلوں کا چورہ ڈال کر آگ دی جاتی ہے۔

یہ طریقہ ہلکی آگ دینے کے لئے استعمال کیا جاتا ہے۔

اس میں جنگلی اپلوں کا چورا استعمال کیا جاتا ہے۔ جن کا وزن محض ایک ڈیڑھ کلو ہوتا ہے۔

سونا، چاندی یا سیسہ وغیرہ کو اکثر اس طریقہ سے ہی اگ دی جاتی ہے۔ اس آگ میں محض سات اٹھ جنگلی اپلوں کو چھوٹے چھوٹے پیس کر کے استعمال کیا جاتا ہے۔

5- **ککٹ پٹ :**۔ یہ بھی گڑھا کے اندر آگ دینے کا عمل ہے۔ یہاں گڑھے کا سائیز تقریبا ایک مربہ فٹ کا ہوتا ہے۔ جس کے نصف تک اوپلے رکھ کر اوپر کوزہ رکھنے کے بعد باقی ہر طرف اور اوپر اپلوں سے گڑھا بھر دیا جاتا ہے۔ پھر اسے آگ لگا دی جاتی ہے۔

6- **گج پٹ :-** یہ تقریبا دو مربہ فٹ کا گڑھا تیار کر کے مذکورہ بالا طریقے سے آگ دی جاتی ہے۔

بعض تین مربہ فٹ کے گڑھے میں آگ دینا کہتے ہیں۔

7- **گودر پٹ :-** کسی گڑھے میں ایک ھانڈی رکھ کر اس میں گائے کے کھروں سے کھدا ہوا خشک گوبر جو چورے کی شکل میں ہو کے درمیان کوزہ گلحکمت رکھ کر آگ دینے کے عمل کو گودر پٹ یا گوبر پٹ کہتے ہیں۔

8- **لاوک پٹ :-** ہموار زمین کے اوپر محض پچاس گرام گوبر کے خشک چورہ میں آگ دی جاتی ہے۔ یا محض اتنا ہی گڑھا ہوتا ہے۔ جس میں محض پچاس ساٹھ گرام دھان کا چھلکا آ جائے۔

یہ بہت ہلکی سی آگ اکثر سم الفار، شنگرف، پارہ وغیرہ کو دی جاتی ہے۔

9- **مہا پٹ :-** کم از کم چار فٹ کا لمبا چوڑا اور گہرا گڑھا کھود کر اس میں اپلوں کے درمیان گلحکمت شدہ کوزہ رکھ کر آگ دی جاتی ہے۔

اس کے علاوہ پھر خاص قسم کی بھٹیاں بھی تیار کر لی جاتی ہیں۔ جن میں مختلف درجہ کی حرارت میں کشتہ جات تیار کر لئے جاتے ہیں۔ ان کا ذکر ان شاء اللہ کشتہ جات کے انفرادی لگنے والے ٹاپکس میں کیا جائے گا۔

آگ دینے میں احتیاطیں

کشتہ جات کو آگ دیتے وقت درج ذیل۔ چند احتیاطیں ضروری ہیں۔

-1 دوا کی ٹکیہ اور گلحکمت کوزہ ہمیشہ اچھی طرح خشک ہونے پہ آگ دے جائے۔

-2 آگ ہمیشہ محفوظ الہوا مقام پہ دی جائے۔ کہ جہاں آکسیجن تو ہو لیکن ہوا کے جھونکے نہ لگنے پائیں۔

-3 گلحلمت شدہ کوزے کو ہمیشہ اوپلوں کے درمیان رکھنا چاہیئے۔

4-کوزہ درمیان میں رکھتے ہی کچھ سلگتے ہوئے اوپلے کوزے کے اس پاس رکھ کر باقی اوپلے چن دینے چاہئیں تاکہ سب اپلوں کی یکساں حرارت کوزے کو مل سکے۔

5-کوزے کو کھولنے میں جلد بازی نہیں کرنی چاہیئے بلکہ آگ و کوزہ مکمل طور پہ ٹھنڈا ہونے کے بعد ہی کھولنا چاہیئے۔

یہ سب کچھ بنیادی باتیں اور مخصوص اصطلاحات تھیں جن کو ازبر کرنا ہر بتدی کے لئے ضروری ہے۔ تاکہ آگے بار بار وضاحت میں وقت نہ ضائع کرنا پڑے۔

البتہ پھر بھی کچھ خاص باتیں اور نئے نئے تجربات دوران ٹاپک بھی شئیر کرتے رہیں گے۔

کچھ مزید ھدایات

جس چیز کا کشتہ کرنا ہو وہ ہمیشہ خالص اور معیاری لینی چاہیئے۔

کشتہ کرنے سے پہلے کشتہ کرنے والی چیز کو باقاعدہ بتائے ہوئے طریقہ سے مصفی کرنا یا مدبر کرنا ضروری ہوتا ہے۔ جس سے کشتہ اپنے پورے خواص کے ساتھ تیار کرکر مکمل فائدہ دیتا ہے۔

کسی بوٹی کا جو پانی دوا میں کھرل و جذب کرنا ہو اسے مکمل طور پہ مقطر کر کے استعمال کرنا چاہیئے۔ ورنہ اس کے کثیف اجزا کشتہ کے وزن میں اضافہ اور معیار میں کمی کا باعث بنتے ہیں۔

کشتہ تیار ہونے کے بعد ہمیشہ ہوا اور نمی سے محفوظ کسی شیشے کے ائر ٹائٹ جار میں رکھنا چاہیئے۔

بعض کشتہ جات میں بہت تیزی ہوتی ہے۔ انہیں کچھ عرصہ کے لئے ائر ٹائٹ شیشی میں محفوظ کرنے کے بعد زمین وغیرہ میں بھی دفن کرنا پڑتا ہے۔

تقریبا تمام۔ کشتہ جات میں خشکی بدرجہ اتم پائی جاتی ہے۔ لہذا انہیں مکھن وغیرہ میں ملفوف کر کے یا کسی مناسب بدرقہ جات کے ہمراہ استعمال کروایا جاتا ہے۔

کشتہ کے ناقص و کامل ہونے کے معیار اور پہچان ہوتی ہے۔ جو ان شاء اللہ ہر کشتہ کے ساتھ تفصیل سے بیان کر دی جائے گی۔

کشتہ جات کو صحیح طریقے سے محفوظ رکھا جائے تو یہ کبھی ایکسپائر نہیں ہوتے بلکہ اکثر کشتہ جات جتنے پرانے ہوں۔ اتنے معیاری ہوتے جاتے ہیں۔

کشتہ جات کے استعمال کے وقت جو مقدار خوراک اہلیان فن نے بتائی ہو اس سے قطعی تجاوز نہیں کرنا چاہیئے کہ جو چیز ایکشن میں جس قدر سریع ہوتی ہے۔ اس کا ری ایکشن بھی اسی قدر سریع اور خطرناک ہوتا ہے۔۔۔ اور بعض کے تو خطرناک اثرات ساری زندگی جھیلنے پڑ جاتے ہیں۔

اکثر ھربل ادویات کے فوائد کے ساتھ سائیڈ ایفیکٹس نہیں لکھے جاتے۔۔ لیکن یاد رکھیں دوا ہو یا غذا حد سے تجاوز کرنے کی سزا قدرت کی طرف سے ملتی ہی ہے۔ لہذا زیادہ اور جلدی کے لالچ میں کبھی بھی حد سے تجاوز نہیں کرنا چاہیئے۔۔ اور اب وقت آ گیا ہے کہ ہر دوا کے ممکنہ سائیڈ ایفیکٹس بھی نوٹ کر کے لکھنے چاہئیں۔ تاکہ استعمال کرنے اور کروانے والے کے علم میں ہو اور ایسی صورت میں اس دوا کو فوراً روک کر کوئی تدارک کی تدبیر کرنی چاہیئے۔

پٹ بھی سنسکرت زبان کا لفظ ہے۔ اس میں پ کے اوپر پیش ہے اور اس کے معنی آگ دینے کے ہیں۔۔۔ اور باقی الفاظ ککٹ پٹ، لاوک پٹ، گودر پٹ وغیرہ میں سنسکرت ہی کے الفاظ ہیں۔ جن کے مخصوص معانی کا ترجمہ یہاں لکھا جا رہا ہے تاکہ ان اصطلاحی نام رکھنے کی وجہ جان سکیں۔

بالو۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔ ریت

بھانڈ۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔ برتن

بھودھر۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔ پہاڑ

کپوت۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔ کبوتر

ککٹ۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔ مرغا

گج۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔ ہاتھی کا پاؤں

گودر۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔ گوبر

لاوک۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔ بٹیر

مہا۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔ بہت بڑا

واراہ۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔خنزیر

واراہ پٹ کا ذکر رہ گیا تھا۔۔۔یہ دراصل اتنا گڑھا ہوتا ہے۔جس میں ایک درمیانے سائز کا خنزیر/سؤر آسانی سے لوٹ پوٹ ہو سکے۔اس گڑھے میں تقریبا چالیس پچاس کلو اپلے سما جاتے ہیں۔

یہ تمام پٹ جو مختلف جانور یا پرندوں کے سنسکرت ناموں سے منسوب ہیں۔ان سے مراد اتنے سائز کا گڑھا ہے۔جس میں وہ پرندہ یا جانور وغیرہ آسانی سے سما سکے۔

گئودنتی

ڈاکٹر تنویراقبال بٹ
بانی وچیرمین پاک طبی ریسرچ فاؤنڈیشن

گئوَدنتی کا شمار معدنیات میں ہوتا ہے۔۔۔اسے ہڑتال گئوَدنتی بھی کہا جاتا ہے۔۔لیکن ہڑتال طبقی یا ہڑتال ورقیہ مختلف چیز ہے۔۔۔بعض لوگ اس نام سے مغالطہ کھا جاتے ہیں۔۔۔ہمارا موجودہ ٹاپک ہڑتال گئوَدنتی سے متعلق ہے۔

اسے انگلش میں Gypsum کہتے ہیں۔اور اس کا سائنسی نام Calcium Sulphate ہے۔

اور اس کا فارمولا $Ca\,So_4\,(H_2\,O)_2$ ہے۔

اس کا ایک اور مشہور نام پلاسٹر آف پیرس بھی ہے۔

یہ ایک انتہائی نرم پتھر ہے جو چونے اور گندھک کا مرکب ہے۔

اس کی تین اقسام ہوتی ہیں۔

1- Stain Spar

یہ قسم۔سفید ڈلے،موتی کی طرح چمکدار اور ریشہ دار ساخت کی حامل ہوتی ہے۔

2- Selenite

یہ قسم شفاف چپٹے، ابرک کی مانند باریک شفاف پرتوں کی شکل میں ہوتی ہے۔

3- Albaster

یہ باریک ذرات پہ مشتمل سنگ مرمر کی مانند ٹھوس ٹکڑوں اور مختلف شیڈز میں پائی جاتی ہے۔

یہ ایک غیر سمی نرم پتھر ہے۔ درجہ دوم میں گرم اور خشک مانا گیا ہے۔

اس پتھر کی کانیں پاکستان کے علاوہ ایران، انڈیا، جرمنی، اٹلی، سپین، کنیڈا، امریکہ، برازیل، برطانیہ، تھائی لینڈ اور آئرلینڈ میں بھی پائی جاتی ہیں۔

افعال و خواص میں دافع حمیات، قابض، حابس الدم، مسکن اوجاع اور منفث بلغم ہے۔

نرم پتھر ہونے کی وجہ سے محض 250 سنٹی گریڈ تک حرارت پہنچانے سے ہی کشتہ ہو کر شگفتہ ہو جاتی ہے۔

اس پتھر کی خاص خوبی یہ ہے کہ اسے جس بوٹی میں بھی تیار کیا جائے اس کے تمام اوصاف اپنے اندر جذب کر لیتی ہے۔ لہذا

برگ نیم و برگ مہندی میں تیار کرنے سے مصفی خون، برگ کرنجوہ یا برگ افسنتین میں تیار کرنے سے دافع حمیات یعنی بخار اتارنے والے خواص کی حامل ہو جاتی ہے۔

ہم نے اسے برگ ببول میں تیار کیا تو عورتوں کے مرض سیلان الرحم میں بہت ہی سریع الاثر پایا۔

اوائل دور میں ہم نے بھی کشتہ سازی کی ابتداء اسی کے مختلف کشتہ جات بنا کر کی تھی اور اس کے مختلف جڑی بوٹیوں کے نغدہ اور پانیوں میں تیار کردہ کشتہ جات کو مختلف امراض میں بہت کامیابی سے استعمال کروایا۔

پیشاب کی نالی کی انفیکشن یہاں تک کہ سوزاک اور عورتوں کے خراش دار لیکوریا میں گئودنتی کا درج ذیل کشتہ بہت ہی مفید ثابت ہوا۔

ایک ہنڈیا مع ڈھکن لے کر پہلے سے علیحدہ علیحدہ گلحکمت کرلیں۔(جیساکہ گلحکمت کے بیان میں بتایا گیا ہے) پھر اس میں پچاس گرام گندہ بیروزہ سفوف کرکے بچھا دیں۔ اوراس کے اوپر پچاس گرام گئودنتی کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کرکے رکھ دیں اس کے بعد اس ہنڈیا میں بکری کا تازہ دودھ تقریباً ایک لٹر آہستگی سے ڈال کر ڈھکن رکھ کر جوڑ کو بھی مضبوطی سے گلحکمت کردیں۔ اور بیس کلو اپلوں کی آگ دیں۔ آگ اور ھنڈیا مکمل سرد ہونے کے بعد ھنڈیا میں سے گئودنتی کے شگفتہ ٹکڑے نکال کر کھرل کرکے محفوظ رکھیں۔

ہڑتال گئودنتی کا یہ کشتہ محض ایک سو پچیس ملی گرام(ایک رتی) صبح و شام ہمراہ بکری کا ہی دودھ کوزہ مصری سے شیریں کردہ استعمال کروائیں۔

سیلان الرحم، کمئ حیض، پیشاب کی جلن، جریان اور نیئ سوزاک میں انتہائی مفید ثابت ہوا ہے۔

کشتہ گاؤدنتی

گاوَدنتی حسب ضرورت لے لیں کوٹ کر باریک کرلیں شیر مدار اتنا ڈالیں کہ نمی آجاے اور پیڑا بن جاے اور گیس والے چولہے پر ڈائیریکٹ رکھ کر تیز آگ جلائیں جب سفید ہوجاے تو پیس لیں یا دو تین کلو اپلوں میں پیڑا ڈائریکٹ رکھیں بنا کسی برتن کے اور آگ لگا دیں

خوراک ایک رتی بچوں کے لیے

بڑوں کے لیے 250 کیپسول دن میں ایک دفعہ یا صبح شام دودھ سے یا پانی سے

ہر قسم کے بخار کے لیے استعمال کروائیں

مجرب حکیم و ہومیو ڈاکٹر احمد ضیاء خان

کشتہ گاؤدنتی

گاودنتی 2 کلو لے لیں اک کے پتوں / برگ مدار میں رکھ کر 10 کلواپلوں کی آگ دیں

اسقند سرخ مارگلہ کی جڑ کا برادہ کا نقدہ میں 10 کلو کی آگ دی

فوائد میں ہمہ قسم سوزشی علامت ،بخار، دموی دمہ وکھانسی ،بچوں کے قد کے بڑھوتری کے لیے مربہ اسقند بانسہ کے ہمراہ، نیند کی کمی کے لیے لبوب کبیر کے ہمرہ استعمال کروانا مجرب علاج ہے مناسب بدرقہ وپرہز سونے پہ سہاگہ کا کام کرے گا ۔

علاوہ ازیں ؛ اس کو جس چیز میں کشتہ کرنا ہو اس درخت کی جڑ ،بیج ،چھال ،دودھ ،گوند، پتے، پھول، پھل اور نمک میں کشتہ کرکے خون، جلد، اعضاء جسم اور روح پر استعمال سے بے شمار فوائد حاصل کرسکتے ہیں اور ضروری نہیں کے یہ بخار اتارے بعض صورتوں میں بخار چڑھ کر بھی صحت کی طرف میلان ہوتا ہیے ۔

خوراک ایک رتی سے ایک ماشہ تک موقع محل دیکھ کر بچوں کے لیے

بڑوں کے لیے صبح شام دودھ پانی شربت، پھلوں کے جوس، مربہ، سرکہ قہوہ سے استعمال کروائیں

حکیم و سپیشل ایجوکیٹر اویس

برگ مدار کم از کم اتنے ہوں جس میں اچھی طرح اوپر نیچے سے چھپ جائے۔ ۔ اندازا پانچ سات کلو نیچے اور اسی قدر اوپر رکھیں۔ ۔ ۔ لیکن دو کلو گئودنتی کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کر لینا زیادہ مناسب ہے ۔

کشتہ گؤدنتی کا آسان طریقہ

ڈاکٹر تنویر اقبال بٹ

بانی وچیرمین پاک طبی ریسرچ فاؤنڈیشن

*** ھوالشافی ***

آک یعنی مدار کی خشک لکڑیاں اکٹھی کر لیں۔ یا کاٹ کر خشک کر لیں۔ ان کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کر کے کسی گڑھے یا بڑے ٹب وغیرہ میں رکھ کر درمیان میں گوَدنتی کے ٹکڑے رکھ کر آگ لگا دیں۔۔۔۔بس جب اگ سرد ہو جائے تو گوَدنتی کے ٹکڑے نکال کر اچھی طرح کھرل کر کے محفوظ کر لیں۔ دوران کھرل عرق گاؤزبان یا گلاب کے چھینٹے دیتے رہیں۔

اسے موسمی بخاروں میں استعمال کروائیں۔۔۔کھانسی میں شھد ملا کر چٹائیں۔ سردی سے جسمانی دردوں میں نیم گرم دودھ میں دیسی انڈہ شیک کر کے یہ کشتہ ہمراہ استعمال کروائیں۔۔۔نہایت سریع الاثرہے۔۔دیسی پیناڈول ہے۔

بخاروں کے لیئَ اس کی قوت بڑھائی جا سکتی ہے۔۔۔اس گوَدنتی کے پچانوے گرام کشتہ میں پانچ گرام شیر مدار کھرل کر کے جذب وخشک کر لیں۔ پھر دورتی کی مقدار خوراک کسی بھی انگلش دوا سے کم نہیں۔ اورسائڈ ا یفیکٹس نہ ہونے کے برابر یعنی بخار تو اتارے گی لیکن کسی قسم کی کمزوری نہیں کرے گی۔

(زیادہ مقدار استعمال سے وقتی طور پہ متلی یا قے ہو سکتی ہے)

کشتہ گؤدنتی درھلدی

ڈاکٹر تنویر اقبال بٹ
بانی وچیرمین پاک طبی ریسرچ فاؤنڈیشن

ھوالشافی

ایک عدد کوزہ گلی

کچی ھلدی دو کلو

گؤدنتی اعلیٰ 250 گرام

ترکیب تیاری :- ایک کوزہ گلی تقریبا پانچ کلو گنجائش والا لے کر معروف طریقہ سے پہلے ہی گلحکمت کر کے سکھا لیں۔ اوراس کا ڈھکن بھی ۔۔ بعدازاں ایک کلو کچی ھلدی کو قیمہ والی مشین سے باریک کر کے کوزہ میں بچھا دیں۔ اوراس کے اوپر گؤدنتی کے تولہ تولہ یا دو دو تولہ کے ٹکڑے چن دیں۔ پھر ان کے اوپر ایک کلو ھلدی قیمہ کردہ اچھی طرح بچھا دیں۔ اور کوزہ اور اور کے ڈھکن کے لب اچھی سے گلحکمت کر کے ملا دیں۔ ایک دن کے بعد ایک گڑھے میں معروف طریقہ سے پندرہ کلو اپلوں کی آگ دیں۔۔ جب آگ اچھی طرح سرد ہو جائے تو کوزہ کو کھول کر گؤدنتی کے کشتہ شدہ ٹکڑے نکال لیں۔

ان ٹکروں کو کسی کھرل میں ڈال کر ھلدی کے ہی پانی میں کھرل کریں۔ یہاں تک کہ بذریعہ کھرل ایک لٹر مقطر آب ھلدی جذب وخشک کر کے کسی شیشی میں محفوظ رکھیں۔

مقدار خوراک :- 125 ملی گرام سے 250 ملی گرام روزانہ دو سے تین مرتبہ

فوائد :- پھیپھڑوں کی انفیکشن، پرانی چوٹ کی دردیں، پیشاب کی نالی کی پرانی انفیکشن، رسنے والے زخم، پرانی و جدید کھانسی، پرانے بخاروں وغیرہ میں مختلف بدرقہ جات سے استعمال کروائیں۔ ان شاء اللہ امید سے بڑھ کر فوائد پائیں گے۔

سل اور تپ دق کے لئے اکسیری کشتہ ہے۔

آج کل کچی ہلدی کا موسم ہے۔ سیزن کا فائدہ اٹھائیں اور یہ اکسیر تیار کر کے مطب کی زینت بنائیں۔

کشتہ گاؤدنتی برائے ٹائیفائیڈ کا بخار گاؤدھنتی ایک پاؤ پیاز کا نقدہ ایک کلو گاؤدھنتی پیاز کے نقدہ میں رکھ کر ایک کوزہ میں بند کر دیں گل حکمت کر کے 35 کلو اگ دیں کشتہ ہوگا پیس کر رکھ لیں ایک گندم کے دانہ کے برابر خوراک دے یہ ٹائیفائیڈ کے لیے ایک اکثیر ہے

حکیم شیر محمد مہار

ہڑتال گئودنتی

ہڑتال گئوَدنتی (جو حقیقت میں ہڑتال کی قسم کی نہیں ہے۔ سنگ جراحت کے مشابہ

ایک قسم کا سفید مشہور نرم پتھر ہے۔ جو بہت زیادہ ارزاں، بہت زیادہ کارآمد ہے۔ اور بہت آسانی سے کشتہ بن جاتا ہے۔ اس کا کشتہ زیادہ تر کھانسی دمہ اور خصوصاً بلغمی و موسمی بخاروں میں استعمال مں لایا جاتا ہے۔ علاوہ ازیں جریان۔ نزف الدم نفث الدم سیلان رطوبات سل، دق۔ اسہال۔وجع مفاصل وغیرہ میں بھی

اسے استعمال کرتے ہیں:

کشتہ گئوَدنتی نمبرا ہڑتال گئوَدنتی بقدر ضرورت لیکر ایک مٹی کے کوزہ میں رکھیں اور اس پر جنگلی گوبھی کا (جس میں سے زرد یا سرخ دودھ نکلتا ہے) عرق ڈالیں یہاں تک کہ وہ غرق ہو جائے۔ تین چار روز تک غرق رکھنے کے بعد اسی برتن کو گل حکمت کر دیں اور گڑھے میں دس پندرہ سیر اپلوں کی آگ دیں۔ سرد ہونے پر نکالیں اور پیس کر شیشی میں محفوظ رکھیں۔

فوائد: کھانسی ودمہ کی شکایت میں مفید ہے۔ بقدر ایک رتی مکھن میں ملا کر استعمال کریں۔ نفث الدم کثرت حیض و نفاس وغیرہ میں شربت انجبار ۲ تولہ کے ہمراہ استعمال کریں اور بخاروں میں شربت بنفشہ کے ساتھ دیں۔

نوٹ :۔ بعض اوقات جنگلی گوبھی کے عرق کے ساتھ عرق برگ بانسہ بی ملا کر بطریق بالا ہڑتال گئوَدنتی کو پانچ روز تک غرق رکھ کر کشتہ کرتے ہیں ۔ جو امراضِ بالا میں زیادہ قوی الاثر ثابت ہوتا ہے ۔ بطریق بالا استعمال میں لائیں ۔

ترکیب نمبر 2 : گئوَدنتی دو تین تولے بقدر ضرورت لے کر پہلے ایک بڑے دستی پیالے پر نیم کے پتے کوٹ کر بقدر ایک انگشت بچھائیں اس پر گودنتی کے ٹکڑے رکھدیں پھر اس کے اوپر نیم کے پتے کوٹ کر گئوَدتی پر رکھ دیں اوپر دوسرا پیالہ رکھدیں ۔ اور تین چار سیر اپلے اس کے چاروں طرف رکھ کر اگ دیدیں بعد سرد ہونے پر نکال کر پیس کر شیشی میں محفوظ رکھیں

فوائد : یہ کشتہ کھانسی دمہ کی شکایت میں بہت مفید ہے ، بقدر ایک رتی بالائی میں ملا کر استعمال کریں ۔

نوٹ : بطریق بالا بجائے نیم کے پتوں کے کٹائی کے پتوں کے ذریعہ سے بھی کشتہ تیار کیا جاتا ہے جو کھانسی دمہ اور بلغمی بخاروں میں بہت مفید ہوتا ہے ۔ بطریق بالا استعمال میں لائیں ۔

ترکیب نمبر 3 : گئوَدنتی آدھا پاو لیکر ایک کوزہ میں رکھ کر اس پر ادھا پاؤ گھیگوار کا رس ڈال کر منہ بند کر کے گجپٹ کی آگ دیں ۔ اوراسی طرح تین آنچیں دیں ۔ اس کے بعد گئوَدنتی کو آب برگ مدار کیساتھ خوب کھرل کریں ۔ پھر اس کی ٹکیہ بنا کر دھوپ میں خشک کر کر کوزہ میں بند کر کے گجپٹ کی آگ دیں ۔ اسی طرح تین آنہیں پوری کریں ۔ نہایت عمدہ کشتہ تیار ہوگا ۔ پیس کر شیشی میں محفوظ رکھیں:

فوائد : یہ کشتہ موسمی بخاروں میں اور خصوصاً سوداوی بخار میں بہت فائدہ کرتا ہے بقدر ایک رتی منقہ میں رکھکر دن میں تین چار مرتبہ کھلائیں میں اوپر سے گائے کا دودھ مصری سے شیریں کر کے پلادیا کریں

ترکیب نمبر 4 : گئوَدنتی مصفی پاؤ بھر لیکر آب برگ نیم کے ساتھ تین روز تک کھرل کریں اس کے بعد کوزہ میں بند کرکے گجپٹ کی آگ دیں ۔ سرد ہونے پر نکال کر آب کنڈیاری خورد کے ہمراہ تین روز تک کھرل کریں ۔ سرد ہونے پر نکال کر آب گلوسبز کے ہمراہ تین روز تک کھرل کر کے کوزہ میں بند کرکے گجپٹ کی آنچ دیں سرد ہونے پر نکال کر پیس کر شیشی میں محفوظ رکھیں ۔

: یہ کشتہ کھانسی اور موسمی بخاروں میں بہت مفید ہے بقدر ایک رتی شربت بنفشہ تولہ میں ملا کر پلائیں ۔

کشتہ گاؤدنتی

ھوالشافی :

گئوَدنتی چمکدار ڈلیاں : ایک پاؤ ، پھٹکڑی سفید : ایک پاؤ ۔

دونوں کو الگ الگ کوٹ کر ایک کجی جس میں 2 کلو دوا آ جائے لے کر پہلے پھٹکڑی پھر گئوَدنتی پھر پھٹکڑی رکھ کر کجی کے منہ پر ڈھکن رکھ دیں گل حکمت کرنے کی ضرورت نہیں اب اس کجی کو 5 کلو اپلوں کی آگ دے دیں ٹھنڈا ہونے پر جو کچھ برآمد ہو پیس کر ڈبے میں ڈال کر رکھ لیں

خوراک : 500 ملی گرام کیپسول دن میں 3 بار پانی، چائے یا لسی سے دیں ۔

بخار، جسم درد، کے لیے چائے یا دودھ سے ،

لکوریا، جریان، کے لیے مکھن سے ،

کثرت طمث کے لیے شربت انجبار سے ،

یرقان کے لیے دہی کی لسی سے ،

سوزاک کے لیے : کاہو، قلفہ، کاسنی، تخم کھیرا، گری بادام کی سردائی سے دیں

فوائد : بخار، جسم درد، بلغمی کھانسی، یرقان لکوریا، جریان، کثرت طمث، اور سوزاک کے لیے مفید مجرب ہے

(حکیم سید اعجاز حسین گیلانی فرام لاھور)

آئرن وکیلشیم کا بھنڈار

ڈاکٹر تنویر اقبال بٹ
بانی وچیرمین پاک طبی ریسرچ فاؤنڈیشن

ھوالشافی

گئوَدنتی ایک سو پچیس گرام ، بکرے کی کلیجی ایک کلو، آملہ تازہ ایک کلو،

کوزہ گلی مع ڈھکن گلحکمت شدہ تقریباً تین کلو گنجائش والا

ترکیب تیاری :۔ گئوَدنتی کے تقریباً دس دس گرام کے ٹکڑے کر لیں۔

آملہ کی گٹھلی دور کر کے بذریعہ جوسر پانی حاصل کریں۔

کلیجی کا قیمہ کر کے کپڑے میں نچوڑ کر پانی نکال لیں۔

کلیجی اور آملہ کا پھوگ کوزہ گلی گلحکمت شدہ میں مکس کر کے نصف بچھا دیں اور اوپر گئوَدنتی کے ٹکڑے چن دیں۔ اور پھر بقایا پھوگ اوپر بچھا کر کوزہ کے ڈھکن کو اوپر رکھ کر جوڑ کو بھی گلحکمت کر دیں۔۔ خشک ہونے پر کسی گڑھے میں دس کلو اُپلوں کی آگ معروف طریقہ سے دیں۔ جب آگ و کوزہ سرد ہو جائے تو کھول کر گئوَدنتی کے ٹکڑے نکال لیں۔ اور پھر کھرل کر کے پاؤڈر بنا کر کسی کڑاہی میں حاصل کردہ پانی موٹے کپڑے سے دو تین دفعہ پن چھان کر ڈالیں اور کھرل کردہ گئوَدنتی بھی اس میں ڈال کر بذریعہ ریت جنتر خشک کر لیں۔

دوبارہ کھرل میں ڈال کر لائم واٹر (چونے کا مقطر پانی) کا چھینٹا دیتے رہیں اور تقریباً چھ گھنٹے کھرل کر لیں۔۔۔ اور کسی شیشے کے جار میں محفوظ رکھیں۔

مقدار خوراک :۔ اس کشتہ کی مقدار خوراک پچاس سے سو ملی گرام ہے۔

چھوٹے کیپسولز میں بھر کر گاجر اور چقندر کے مکس جوس یا موسمی کے جوس کے ساتھ دس بجے اور چار بجے استعمال کروائیں۔

فوائد :- خون اور کیلشیم کی کمی دور کرتا ہے۔بخاروں کے بعد کی کمزوری کو دور کرتا ہے۔ حاملہ

عورتوں کا ایچ بی لیول بڑھاتا ہے۔ سوکھے سڑے افراد کو صحت مند بناتا ہے۔

اگر ساتھ مناسب خوراک کا بندوبست رکھا جائے تو حاملہ عورتوں کو کسی قسم کی الوپیتھک فولک ایسڈ اور کیلشیم کی گولیاں کھانے کی ضرورت نہیں پڑتی۔

تیار کر کے معمول مطب بنائیں اور اپنی دعاؤں میں یاد رکھیں۔

﴿گئوَدنتی کے کشتہ جات تیار کرتے وقت اگر آگ کی زیادتی یا کمزور گلحکمت سے کوزہ ٹوٹ بھی جائے تو گھبرانے کی ضرورت نہیں۔ یہ پھر بھی مفید و مؤثر ہوتی ہے، اسے اعتماد سے استعمال میں لا سکتے ہیں۔﴾

1- سب دوستوں سے گذارش ہے کہ یہ نسخہ لازمی تیار کریں یہ اپنی نوعیت کے اعتبار سے بینظیر نسخہ ہے۔

یاد رہے کہ فولاد، پتری فولاد، ہیرا کسیس کے کشتہ جات وغیرہ گردوں پر بوجھ اور کھچاوڈالتے ہیں۔ اوراضافی آئرن کا سبب بھی بنتے ہیں۔ اور ہر طبیب کشتہ فولاد کی صحیح مقدار خوراک اور جسم میں ہضم و جذب کروانے کے لیے معاون ادویہ سے بھی واقف نہیں ہوتا۔ یہ نسخہ ان سب نقائص سے پاک ہے۔۔۔۔

2- اگر آملہ تازہ کا سیزن نہ ہو تو چقندر تازہ بھی بہترین نعم البدل ہے صاحب نسخہ کیا فرماتے ہیں اس بارے میں؟

جی محترم ۔۔بجا فرمایا۔۔ فولاد و ہیرا کسیس کے استعمال سے بہتر ہے کہ اس کشتہ کو معمول مطب بنایا جائے۔ سائیڈ ایفیکٹس نہ ہونے کے برابر۔۔۔

آج کل آملہ کا موسم ہے۔ مارکیٹ میں باآسانی دستیاب ہے۔۔۔ البتہ اَپ کی رائے بالکل درست ہے کہ اگر آملہ دستیاب نہ ہو تو چقندر استعمال کیا جاسکتا ہے۔۔۔ اوراس کے علاوہ خشک آملہ کا جوشاندہ بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔

دوانمبر1

* گلے سے اوپر والے تمام اعضا کے لیے *

@* سر کے امراض کے لیے *

ترکیب تیاری : ایک پاؤ کشتہ گاودنتی سادہ، ایک پاؤ پھٹکڑی سفید۔

ایک آہنی توے پر آدھی گاودنتی بچھا دیں اوپر سفوف پھٹکڑی بچھا کر باقی ماندہ آدھا پاؤ گاوَدنتی ڈال دیں۔ نیچے آگ جلا دیں۔ جب پھٹکڑی مکمل بریاں ہو جائے تو اتار کر ٹھنڈا ہونے پر باریک سفوف کرلیں اور شیشی میں محفوظ کرلیں۔

دوانمبر2

* گلے سے لے کر معدہ کے گڑھے تک *

* سینے کے امراض کے لیے *

کشتہ گاوَدنتی سادہ ایک پاؤ، نوشادر مسفوف ایک پاؤ۔

دونوں کواچھی طرح کھرل کرلیں اور شیشی میں محفوظ کرلیں

دوانمبر3

* معدہ کے گڑھے یعنی پھیپھڑوں سے نیچے نیچے سے لے کر ناف تک

*معدے و پیٹ کے امراض کے لیے *

کشتہ گاؤ دنتی سادہ ایک پاؤ، جوکھارا اصلی ایک پاؤ۔

دونوں کواچھی طرح کھرل کرلیں اور شیشی میں محفوظ کرلیں۔

دوانمبر4

*ناف سے لے کر نیچے پاؤں تک کے اعضا کے لیے *

* مثانہ کے امراض کے لیے *

کشتہ گاؤ دنتی سادہ ایک پاؤ، قلمی شورہ اصلی ایک پاؤ۔

* ترکیب تیاری *

ایک آہنی توے پر آدھی گاود نتی بچھا دیں اوپر قلمی شورہ بچھا کر باقی ماندہ آدھا پاؤ گاؤ دنتی ڈال دیں۔ نیچے آگ جلا دیں۔ جب تمام پانی خشک ہو جائے تو اتار کر ٹھنڈا ہونے پر باریک سفوف کر لیں اور شیشی میں محفوظ کرلیں۔

مقدار خوراک۔ ہر دوا کی مقدار خوراک 500 ملی گرام صبح، دوپہر اور شام ہے۔

﴿صاحب نسخہ : محترم و مکرم جناب بابا جی حضرت ظہور فضل قادری صاحب آستانہ فضل سرگودھا

* تصدیق و عطیہ *

ڈاکٹر شرافت علی چوہدری فرام سرگودھا، پروفیسر قمر الزمان قادری آستانہ فضل سرگودھا﴾

حکمت کی چند اصطلاحات جو نسخہ کو مشکل ظاہر کرتی ہیں

صمغ قتاد=گوند کتیرا

نبات سفید=چینی سفید

خولنجاں=جڑپان

خردل=رائی جو اچار میں ڈلتی ہے

سونٹھ=خشک ادرک

خراطین=کیچوے

کیسر=زعفران

قرنفل=لونگ

فلفل سیاہ=کالی مرچ

کھار=نمک

ترب کھار=مولی کا نمک

قشر=چھلکا

مقشر=چھلا ہوا

نخود=چنے

حب=گول گولی

حب بقدر نخود=گولی بمقدار چنا

قرص=ٹکیہ نما گولی جیسے پیناڈول

کوزہ گل=مٹی کا برتن

اطریفل=ایسی دوا جس کے بنیادی اجزا ترپھلہ ہوں

ترپھلہ=آملہ، ہرڑ، بہیڑہ

بریاں=گھی/تیل میں تلا ہوا

مدبر=تدبیر شدہ

مصفا=صاف شدہ

نیم کوفتہ=جو پوری طرح پیسا نہ گیا ہو، موٹا سفوف۔

درڑ مرڑا اوپر والا ہی مطلب ہے۔

گل حکمت کرنا=چکنی مٹی کے پیسٹ میں ملفوف کرنا۔

ملفوف مطلب کوور کرنا

چرب کرنا=گھی یا تیل میں چکنا کرنا۔

ترکٹہ : سنڈھ, مگاں, مرچ سیاہ

1 فلفلین... فلفل سیاہ (کالی مرچ)،

فلفل دراز (مگھاں)

2 ترپھلہ... ہلیلہ، بلیلہ، آملہ

3 ترکٹا... فلفل سیاہ، فلفل دراز، زنجبیل

4 چہار تخم... تخم ریحان، تخم بارتنگ،

تخم کنوچہ، تخم اسپغول

5چہار مغز... مغز تخم خیارین، مغز تخم کدو،

مغز تخم تربوز، مغز تخم خربوزہ

6چتربیج... میتھی، ھالوں، کلونجی، اجوائن

7چترجات... تج قلمی، تیزپات، الائچی، ناگیسر

8پانچ کھار... کھارتل، سجی کھار، جواکھار،

مولی کھاراور ڈھاک کی کھار

9پچکول... چب، چیتہ، پیپلا، مولی، پیپل

10پنجانگ... پتے، پھول، جڑ، چھال، پھل/مغز

11پنج لون... نمک لاہوری، نمک طعام،

نمک سانبھر، نمک سونچر، نمک بریاری

12پنج مول خرد(اصولِ خمسہ صغیرہ) ...

شال پرنی، برسٹ پرنی، کٹائی خرد، کٹائی

کلاں، خار خسک

13پنج مول کلاں...(اصولِ خمسہ کبیرہ) ...

سوناپاٹھا، پاڑل، کنبھاری، ایرنی، بیل

14آشو... غیر مقطر شراب

15بوداده... کسی دوا کو اس وقت تک بریاں

یا گرم کرنا کہ اس میں محض بو پیدا ہو جائے .

16 بوتہ (کوزہ گلی) مٹی کا مخصوص برتن
جو مونجھ، روئی اور چکنی مٹی کی مدد دے
بنایا جاتا ہے .
17 بوبیہ.. چکنی مٹی سے تیار چوڑے منہ کے
برتن کو کہتے ہیں
18 بہمنین : بہمن سُرخ و بہمن سفید
19 پاچک دستی... ھاتھ سے بنے اُپلے جس کی
آنچ ہلکی ہوتی ہے
19 پاچک دستی (جنگلی ایرنے)... جنگلی اُپلے
جن کی آنچ تیز ہوتی ہے .
یہ دونوں کو ایک ھی نمبر دیا ھے
20 پارچہ دبیز نمودہ... کپڑے سے چھاننا
21 تراشہ نمودہ... کسی دواء کو کاٹ کر
اس کے تراشے بنانا
22 تودرین... تودری سُرخ و تودری سُفید
23 تسقیہ... کسی سیال چیز کو خشک
مادے کے ساتھ اس قدر کھرل کرنا کہ
سیال اس میں جذب ہو جائے .
24 تشمیع... سم الفار کو موم جیسا بنانا

25جلمندرہ... مرکب جو جل جنتر کے عمل
میں کڑاہی وپیالہ کے مقامِ اتصال پر لگایا
جاتاہے .

26چویہ... دواء کو آگ کی حرارت پر رکھ
کر کسی سیال کو اس دواء کے اوپر آہستہ
آہستہ ٹپکانا

27جل جنتر... ایک خاص ترکیب کا عمل
جس میں کڑاھی اور پیالے کا استعمال ہوتا ہے
چرخ دینا... کسی دھات کو حرارت سے پگھلانے
کا عمل

28چرخ کھانا... حرارت سے کسی دھات کو اس
قدر پگھلانا کہ وہ حرارت کی وجہ سے چکر
کھانے لگے

29چھل بند کرنا... پارے کے ہمراہ کسی دھات
کو ملا کر گولی بنانا

30خل... سرکہ

31رسائن... وہ دوا جو بڑھاپے کو نہ آنے دے .
جو جسمانی قوّت کو قائم رکھے. جو محافظ
صحت ہو جیسے ہلیلہ جات ، بعض اکسیری

ادویات اور کچھ کشتہ جات

32سائیدہ... سِل بٹے کی مدد سے پسی ہوئی دوا .

33شگفتہ... یعنی کہ کھلنا. دوا کو آگ پر رکھنے
پر کھل جانا جیسے پھٹکری اور سہاگہ وغیرہ آگ
پر رکھنے سے کھل جاتے ہیں .

34شلہ... کھچڑی. جس کو اسقدر پکایا جائے کہ
وہ ہریرہ کی مانند ہو جائے

35شیرہ دختر... ایسی عورت کا دودھ جس کی
گود میں لڑکی ہو. یہ دودھ اکثر کان کے درد میں
مفید ہوتا ہے

36شیر پسر... ایسی عورت کا دودھ جس کی
گود میں لڑکا ہو

37لبن النساء... عورت کا دودھ

38صلایہ... مبالغہ کی حد تک باریک پیسنا.

39صیقل... قلعی کرنا، موتی کی طرح بنانا .
جوب پر سونا یا چاندی کے اوراق چڑھانا

40 صبغ... ٹنکچر. عصارہ یا سَت

41غواص... ایسی کیمیائی ادویہ جو دھات
میں اس طرح جم جائے کہ اندر و باہر یکساں

طور پر اس کا رنگ آ جائے

کرسی/کڑسی... اُپلوں کا چُورا کرسی کہلاتا ہے .

42کف گرفتہ... جھاگ اتارنا. جیسے شہد یا

شکر کے قوام سے اتاری جاتی ہے

43گداز نمودہ/گداختہ... وہ عمل جس میں

دوا حرارت کے زیرِ اثر کسی رقیق میں حل

ہو جائے.

44گھاٹ... جو کے دلیہ کو کہتے ہیں

45لطوخ... نیم سیال دوا جو بطور ضماد

عضو ماؤف پر لگائی جاتی ہے .

46لگدی یا نغدی... کسی سبز یا خشک بوٹی

یا دوسری دوا کو پانی میں تر کر کے گھوٹ

کر پیڑہ سا بناتے ہیں جس میں مطلوبہ چیز

کو رکھ کر آگ دی جاتی ہے .

47لبدی... گوندھی ہوئی نیم منجمد چیز

جس سے گولی باندھی جا سکے.

48غلاف ہلامی... گولیوں پر سریش چڑھانا

49غلاف قرنی... گولیوں پر قرن (سینگ) کا

سفوف چڑھانا. جس سے جو معدے میں حل

نہیں ہوتی بلکہ آنتوں میں پہنچ کر اس کا

عمل ہوتا ہے .

50 مخزوج نمودہ... کسی سیال دواء میں

خشک ادویہ کے سفوف کی آمیزش.

حکیم رانا افتخار انور گولڈ میڈلیسٹ

وزن کے پیمانے اور ان کی اکائی

تولہ، ماشہ، رتی

ایک ماشہ میں کل آٹھ رتیاں ہوتی ہیں۔

ایک تولہ میں کل بارہ ماشے ہوتے ہیں۔

ایک تولہ میں کل چھیانوے رتیاں ہوتی ہیں۔

تولہ، آنہ، رتی

ایک آنہ میں کل چھ رتیاں ہوتی ہیں۔

ایک تولہ میں کل سولہ آنے ہوتے ہیں۔

ایک تولہ میں کل چھیانوے رتیاں ہوتی ہیں۔

ملی گرام، گرام

ایک گرام ایک ہزار ملی گرام پہ مشتمل ہوتا ہے۔

وزن کا تبادلہ

تولہ، ماشہ، رتی کا گرام سے تبادلہ

ایک تولہ برابر ہے گیارہ گرام اور چھ سو چونسٹھ ملی گرام (11.664) کے۔ ایک ماشہ برابر ہے نوسو بہتر ملی گرام (0.972) کے۔

ایک رتی برابر ہے ایک سو اکیس ملی گرام (0.121) کے۔

تولہ، ماشہ، رتی اور گرام کا اونس سے تبادلہ

ایک اونس 31.1035 گرام کے برابر ہوتا ہے۔

ایک تولہ 0.375 اونس کے برابر ہوتا ہے۔

ایک ماشہ 0.03125 اونس کے برابر ہوتا ہے۔

ایک رتی 0.00390 اونس کے برابر ہوتی ہے۔

دیسی اوزان

=8 چاول = 1 رتی

=8 رتی = 1 ماشہ

=12 ماشہ = 1 تولہ

=5 تولہ = 1 چھٹانک

=2 چھٹانک = آدھا پاور

=4چھٹانک=1 پاو

=8چھٹانک=آدھا سیر

=16چھٹانک=1=سیر

قدیم طبی نسخہ جات تحریر کرنے سے پہلے قدیم طبی اوزان کا علم ضروری ہے

حبہ=1 رتی

قمحہ=2/1رتی

دانگ و دوانق=3=4/1رتی

شعیرہ=2/1رتی

قیراط=2رتی

درہم=3=2/1رتی

مشقال=4=2/1

دام خام=14 ماشہ

دام پختہ=31 ماشہ

اوقیہ=2=2/1 تولہ تقریبا

رطل=2/1 تولہ تقریبا

طبی اوازن ناپ تول

قدیم طبی نسخہ جات تحریر کرنے سے پہلے قدیم طبی اوزان کا علم ضروری ہے, جوکہ آج کے وقت میں بھی رائج الوقت ہیں,

ارزہ=1 چاول=2 رائی

1 جو=4 چاول=دانہ گندم=2/1 رتی

ذرہ عربی=باجرسے مسور تک

8 خشخاش=1 چاول

برنج=1 چاول=4 دانہ رائی

1 چاول=15 ملی گرام

حبہ عربی=2 جو=2 شیعرہ=1 رتی

سرخ فارسی=8 چاول=1 رتی=1 گھونگچی

قمحہ=2/1 رتی

8 چاول=1 رتی=درمیانی 2 جو

1 رتی=125 ملی گرام=4 جو

2 رتی=250 ملی گرام

4 رتی=500 ملی گرام=آدھا ماشہ

1000 ملی گرام=1 گرام=1 ماشہ

4 گرام=60 گرین

8 رتی=1 ماشہ

12 ماشہ=1 تولہ

5 تولہ=1 چھٹانک

4 چھٹانک (20 تولہ)=1 پاؤ

2 پاؤ = آدھ سیر / 4 پاو = ایک سیر

1 سیر = 16 چھٹانک = 80 تولہ

آثار یا مار = 1 سیر

دانگ و دوانق = 3 = 1/4 رتی = 8 جو = پونے 4 رتی

ٹانک ہندی = 4 یا ساڑھے 4 ماشہ

ٹانک ویدک = 4-1/2 ماشہ

شعیرہ عربی = 12 رائی = جو = 4 چاول = 1/2 رتی

قیراط عربی = 4 جو = 2 رتی

ترمسہ عربی = 2 قیراط = 8 جو = 32 چاول

درہم فارسی = ساڑھے 3 ماشہ یا 4 ماشہ

مثقال عربی = 4 = 1/2 ماشہ, مثقال ایرانی 4 ماشہ

دینار عربی = اشرفی = ساڑھے 3 ماشہ

درہم = 4 ماشہ

ڈرام = 4 ماشہ

دام خام = 14 ماشہ = دام ہندی کہیں 4 ماشہ

دام پختہ = 20 یا 21 ماشہ

روپیہ = 1 تولہ

پرانا پیسہ = 6 ماشہ

اوقیہ عربی = ساڑھے 7 مثقال

درم سے قریبا 10 درم = 35 ماشہ

اوقیہ = 2 = 1/2 تولہ تقریبا

اونس = 2 تولہ 8 ماشہ = اوقیہ

کف فارسی = اڈھائی تولہ

کف دست = 1 مٹھی = سوا 2 تولہ

گرام=ساڑھے 7 رتی تقریباً 1 ماشہ

1 گرام=1000 ملی گرام

2 گرام=30 گرین

1 گرین=60 mg= آدھی رتی=1 جو

2 گرین=تقریباً 1 رتی=130 ملی گرام

15.4 گرین=1 گرام=تقریباً 1 ماشہ

2 گرام=30 گرین=500 ملی گرام=آدھ ماشہ=ساڑھے 7 گرین ,

1 وانگ=500 ملی گرام=سوا3 رتی

گھونگچی=2جو=1 رتی

چنا سفید=450 ملی گرام=3-4/3 رتی

چنا ہندی=1 ماشہ

دیسی چنا=عموماً 1 رتی ہوتے ہیں

بندق عربی 3-یا4 ماشہ

استار=عربی ساڑھے 4 مثقال لیکن بقول شیخ ساڑھے 6 درم=1 تولہ 9 ماشہ

رطل=عربی 34 تولہ تقریبا

رطل ہندی=33 تولہ کچھ کے=40 تولہ

چائے کا چمچ=4ماشہ=5 =ML ڈرام 1=60 قطرے

کھانے کا چمچ=8 ماشہ=2ڈرام=ادھا اونس=15 ML

1 گلاس=8 اونس=250 ایم ایل

سکوں سے اس وزن

چھوٹی گول چونی=3 ماشہ=1 ڈرام

1 سالم پیسہ بغیر سوراخ تانبہ=6 ماشہ

سوراخ والا پرانا پیسہ=2 ماشہ

1 آٹھنی=4ماشہ

1 روپیہ پرانا=1 تولہ

صاح عربی=تقریباً4 سیر کوفہ 8 رطل

دینار=3 ماشہ

1 غاز بیگی ایرانی=8 ماشہ

2 غاز بیگی ایرانی=16 ماشہ

قسط عربی 8 تولہ

ڈرام ڈاکٹری=4ماشہ

درم=ساڑھے 12 چاول=3-1/2ماشہ

16.9 منم=1 سی سی=1 ایم ایل

8ڈرام=1 اونس=300 ملی لیٹر

1ڈرام=4 سی سی

8اونس=1 پونڈ

ان کو یاد کریں آیندہ کام آسکتے ہیں ,

عشری پیمانے

1 گرام=تقریباً 1 ماشہ سے اوپر

1 کلوگرام=1 سیر 6 تولہ=1000 گرام=86 تولہ

1ڈرام=تقریباً4 ماشہ

1 اونس=1/2چھٹانک تقریباً2 تولہ 6 ماشہ

8اونس=4چھٹانک تقریباً

1 پونڈ=1/2سیر تقریباً

1 پونڈ=تقریباً20 تولہ 8 ماشہ

1 سکروپل=تقریباً 1 ماشہ 1-1/2رتی=10رتی

پائنٹ ڈاکٹری=20اونس=53 تولہ

ٹیبل سپون فل=بڑاچمچہ=سوا تولہ

ٹی سپون فل=چائے کا چمچ=4ماشہ

ٹی کپ فل=2چھٹانک

ڈیزرٹ سپون فل ڈاکٹری= معمولی چمچ=8ماشہ

گیلن=5 سیر 24 تولہ تقریباً

پل ہندی=40ماشہ

من=80رطل

دوچند=دوگنا

سہہ چند= تین گنا

خردلہ=6/1 شعیرہ

مٹر=5-6رتی

رطل طبی=33 تولے 9ماشہ

سیر شاھی=1 تولہ 9ماشہ

2سیر شاھی=آڈھائی تولہ

سیر اکبری=ساڑھے 52 تولہ

سیر شاہجہانی=70 تولہ

سیر عالمگیری=77 تولہ

ثاریا مار=1 سیر=80 تولہ

ء ثار=آدھ پاؤ یا 10 تولہ

= ثار=1چھٹانک یا 5 تولہ

جدول اوزان طبی

سرخ=رتی=8چاول

گھونگچی ویدک=2جو=1 رتی

درم=3٠ماشہ=ساڑھے 3 تولہ

دانگ(٠)ماشہ

مثقال 4٠ماشہ ساڑھے 4ماشہ

مثقال ایرانی=4ماشہ

سیر شاہی ایک تولہ 8 ماشہ	سیر اکبری 35 تولہ
سیر شاہ جہانی 70 تولہ	سیر عالمگیری 73 تولہ 6 ماشہ
آسیارہ 1 تولہ	اوقیہ 3 تولہ
کف دست 2 تولہ 3 ماشہ	بہلولی 14 ماشہ
فلس یعنی پیسہ 10 ماشہ	پیسہ ء عالمگیری 1 تولہ
من طبی 6 تولہ 8 ماشہ	من شاہ جہانی 40 سیر مار

1339 ھجری 100 سال پرانے اوزان آج بھی طبی دنیا مین رائج ہیں۔

کشتہ ہڑتال گاؤدنتی

علاج معالجہ کثیر الاستعمال کشتہ ہے۔تیاری میں آسان اور مختلف جڑی بوٹیوں میں تیار کرنے سے مختلف اثرات کا حامل بن جاتا ہے۔

*اس سے قبل ہم نے فن کشتہ سازی کے کچھ بنیادی اصول اور اصطلاحات بارے گفتگو کی۔اب ان شاء اللہ باقاعدہ آسان کشتہ جات سے بتدریج مشکل کشتہ جات پہ گفتگو کی جائے گی۔

اللہ کریم آپ کے علم و عمل میں برکتیں عطا فرمائے آمین

ایڈمن تحقیقات کشتہ سازی

پاک طبی ریسرچ فاؤنڈیشن PTRF

گروپ کے معزز پریکٹشنرز اطباء کرام سے گزارش ہے کہ آپ بھی گؤدنتی کے کشتہ جات تیار کرکے مطب کی زینت بنائیں۔ اور اپنے تجربات و مشاہدات یہاں شئیر فرمائیں۔*

گؤدنتی کے کشتہ جات تیاری میں آسان، لاگت میں کم خرچ بالا نشیں اور آفادیت میں کمال کی تاثیر کے حامل ہوتے ہیں۔

*لہذا یہاں شئیر کردہ طریق سے مختلف کشتہ تیار بھی کیا کریں۔ *

*تاکہ دوران تیاری جو علمی مشکلات پیش آئیں ان کا سہل حل بھی آپ کو بتا دیا جائے۔۔۔کیونکہ یہ ایک علمی گروپ ہے۔یہاں جو کچھ بھی شئیر کیا جائے اس کا پریکٹیکل بھی ضروری ہے جو آپ نے خود کرنا ہے۔ان شاء اللہ ہماری علمی معاونت آپ کے ساتھ رہے گی۔ *

ڈاکٹر تنویر اقبال بٹ
بانی وچیئرمین پاک طبی ریسرچ فاؤنڈیشن

کشتہ گئودنتی در ہزاردانی

*ترکیب اول *

گئودنتی حسب ضرورت لیکرسادہ کشتہ کرلیں یاکوئلوں میں رکھ کرکشتہ کرلیں۔بعدازاں۔۔۔۔۔گئودنتی کاوزن کرکے چارگناآب ہزاردانی کھرل کرکے دودوتولے کی ٹکیاں بناکرخشک کرلیں۔پھرپندرہ کلوکی گڑھے میں آگ دیں۔جوملے پیس کررکھ لیں۔

*ترکیب دوم *

گئودنتی۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔200گرام

ہزاردانی کانغدہ۔۔۔۔۔۔۔300گرام

اوپلوں کی آگ۔۔۔۔۔۔۔۔10کلو

تین بارتکرارعمل کریں۔بس کشتہ تیارہوجائے گا۔

مقدارخورک : نصف گرام مکھن یابالائی سے دیکرنیم گرم دودھ پلائیں۔

فوائد : سوزاک، جلن بول وغیرہ میں شربت بزوری باردسے دیں۔ جریان، رقت، سرعت، لیکوریا، استحاضہ میں شربت انجبار سے۔ ضعف باہ میں کشتہ چاندی کے نعم البدل کے طور پر شربت فولاد سے دیں۔ خفقان القلب، دمہ قلبی وغیرہ میں عرق کاسنی، عرق گاوزبان اور شربت بزوری بارد سے دیں۔

پرہیز : تمام خشک گرم، گرم خشک اور گرم تر اغذیہ وادویہ

ڈاکٹر ایم ادبی۔ قصور

گؤدنتی اور آیورویدک

تحریر و تحقیق : ڈاکٹر تنویر اقبال بٹ

بانی وچیرمین پاک طبی ریسرچ فاؤنڈیشن

گئودنتی کو سنسکرت میں گئودنت کہتے ہیں۔ چونکہ یہ گائے کے دانتوں کی طرح سفید رنگ کے ورق دار ڈھیلوں کی شکل میں ملتی ہے۔

اور سنسکرت میں ہی گئودنتی کا دوسرا نام شویتا (سفید رنگ والی) اس کے سفید رنگ کی وجہ سے ہی ہے۔

اس کے علاوہ دوسری کئی زبانوں میں اسے شر گولا، کھاپان، چروڑی کیلشیم سلفیٹ اور جپسم بھی کہتے ہیں۔

آیورویدک کی قدیم کتب میں اس کا ذکر نہیں ملتا لیکن بیسویں صدی کی تصنیف کردہ کتب میں اس کا بکثرت ذکر ملتا ہے۔

ڈاکٹری میں گودنتی میں چونا ملا کر پلاسٹر آف پیرس تیار کیا جاتا ہے۔ جو ٹوٹی ہڈیوں کو جوڑنے کے لئے پلستر کرنے کے کام آتا ہے اس کے علاوہ پینٹ وغیرہ کے کام میں بہترین فلنگ کا کام کرتا ہے۔

گئوَدنتی کا عام طور پہ ہڑتال گئوَدنتی کہ دیا جاتا ہے جبکہ ہڑتال سے گئوَدنتی کا دور کا بھی کوئی تعلق نہیں۔

ہڑتال سم الفار اور گندھک کا ایک قدرتی مرکب ہے۔ اور ایک سمی چیز ہے۔

جبکہ گئوَدنتی میں سم الفار جیسی کوئی بھی سمی چیز شامل نہیں ہے۔ البتہ ہڑتال ورقیہ کی طرح اس کے بھی ورق الگ الگ ہوجاتے ہیں۔ جس کی وجہ سے اسے ہڑتال گاؤدنتی کہ دیا جاتا ہے۔

اور نام کی اسی مناسبت سے بعض لوگوں نے اس کی مقدار خوراک بھی ہڑتال ورقیہ کی طرح رتی بھر ہی مقرر کی ہے۔ جبکہ گئوَدنتی ایک سے دو گرام کھلا دینے سے کسی قسم کے سمی علامات نوٹ نہیں کی گئیں۔

گئوَدنتی کا کشتہ سب سے زیادہ آسانی سے تیار ہوجاتا ہے۔ محض کسی بھی قسم کی آگ (کوئلے، اپلے یا ہیٹر وغیرہ) میں رکھنے سے خستہ ہوکر کشتہ ہوجاتی ہے۔ البتہ گھیکوار میں اس کا بہترین کشتہ تیار ہوجاتا ہے۔

کشتہ گؤدنتی در گھیکوار

نصف کلو گئوَدنتی کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کرکے کسی بڑے کوزہ گلی میں ڈال کر بقیہ حصہ گھیکوار کے ٹکڑوں سے بھر کر گلحکمت کرکے گجپٹ کی آنچ میں پھونک دیں۔ آگ سرد ہونے پر گلحکمت کو کھول کر گئوَدنتی کے ٹکڑے احتیاط سے نکال لیں۔ جو ورق ورق علیحدہ ہوجاتے ہیں۔ اور محض انگلیوں سے پیسے جاسکتے ہیں۔

کھرل کرکے محفوظ رکھیں۔ بہترین سفید رنگ کا کشتہ تیار ہے۔

(یہ کشتہ تیار کرنے کے لئے کسی گڑھے میں دس کلو اپلوں کی آگ کافی رہتی ہے۔ نیز اسی ترکیب سے برگ نیم تازہ کے نغدہ میں بھی گئوَدنتی کا بہترین کشتہ تیار کیا جاسکتا ہے۔)

مقدار خوراک :۔ نصف گرام سے ایک گرام روزانہ تین مرتبہ استعمال کروائیں۔

بچوں کو عمر کے مطابق کم مقدار میں استعمال کروائیں۔

املی اور آلو بخارہ کے خسیاندہ سے استعمال کروانے سے صفراوی بخار، قے اور پیاس میں فائدہ کرتا ہے۔

جریان الدم میں شربت انجبار سے دیں۔

آب چاول یا مکھن وغیرہ سے استعمال کروانے سے مروڑ وغیرہ میں مفید ہے۔

درد شقیقہ میں چار چار گھنٹے کے وقفہ سے استعمال کروائیں البتہ پہلی خوراک طلوع آفتاب سے قبل استعمال کروانی چاہیئے۔

نزلہ وزکام میں محض نیم گرم پانی سے استعمال کروائیں۔

سوکھا، مسان اور کیلشیم کی کمی کے لئے دودھ سے استعمال کروائیں۔

آیورویدک کے مطابق اس کا مزاج سرد ہے۔ لہذا صفراوی بخار اور صفراوی دمہ، صفراوی کھانسی وغیرہ کو دور کرتا ہے۔

دق الاطفال میں بہت مفید ہے۔ نیز عورتوں کے نامراد مرض سیلان الرحم میں نہایت مفید ہے۔

موسمی بخاروں اور گرمی کے بخاروں میں بہت زیادہ مفید ہے۔ اکیلا یا کسی بھی معاون دوا کے ساتھ استعمال کروانے سے پہلی خوراک سے ہی مرض میں تخفیف ہو جاتی ہے۔

چالاک قسم کے سادھو لوگ اپنی آگ کی دھونی میں اس کے ٹکڑے رکھ دیتے ہیں۔ اور پھر آنے والے مریضوں کو آگ کی راکھ میں سے اس کی کشتہ شدہ بھسم کی پڑیہ باندھ کر دے دیتے ہیں۔۔۔جس سے آرام آجاتا ہے اور سادھو صاحب کی کرامت کے چرچے ہو جاتے ہیں۔

کشتہ گؤدنتی بترکیب خاص

ڈاکٹر تنویر اقبال بٹ ﴿بانی وچیرمین پاک طبی ریسرچ فاؤنڈیشن﴾

ھوالشافی

گؤدنتی۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔100 گرام

گندھک آملہ سار۔۔۔۔۔۔۔۔۔50 گرام

اجوائن دیسی۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔50 گرام

نوشادر۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔20 گرام

گودہ گھیکوار۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔4 کلو

روغنی ھنڈیا۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔1 عدد

اوپلے خانگی۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔15 کلو

ترکیب تیاری:۔ روغنی ہنڈیا بڑے سائیز کی لے کر اس میں دو کلو گودہ گھیکوار ڈال دیں پھر اس پر گندھک آملہ سار سفوف کردہ پچیس گرام بچھا دیں۔ پھر اس پر پچیس گرام اجوائن سفوف کردہ بچھا دیں۔ اوراس پر دس گرام نوشادر کا سفوف چھڑک کر اوپر گؤدنتی کے تقریبا دس دس گرام کے ٹکڑے قریب قریب رکھ دیں۔ اور پھر ان پر دس گرام نوشادر چھڑک کر اوپر اجوائن پھر گندھک ڈال دیں۔ اوران سب کے اوپر دو کلو گودہ گھیکوار بچھا دیں۔ اب ھنڈیا پر ڈھکنا رکھ کر پلاسٹر آف پیرس وغیرہ سے بند کر دیں۔ اوراس ھنڈیا کو معروف طریقہ سے اپلوں کی آگ دیں۔ جب آگ سرد ہو جائے تو ھنڈیا میں سے احتیاط سے گؤدنتی کے کشتہ شدہ ٹکڑے نکال کر کھرل کر کے محفوظ رکھیں۔

خوراک:۔125 ملی گرام سے 250 ملی گرام ہمراہ بدرقہ مناسب حسب عمر استعمال کروائیں۔

فوائد:۔ الوپیتھک دوا پیناڈول کی طرح مؤثر و مفید ہے۔ بلکہ آفادیت میں اس سے بھی بڑھ کر ہے۔ بخاروں میں پسینہ لا کر تخفیف حرارت کا باعث بنتی ہے۔ ذات الجنب اور کھانسی میں عرق

سونف اور شہد کے آمیزے کے ساتھ استعمال کروانے سے بہت فائدہ مند ثابت ہوئی ہے۔
عام جسمانی دردوں میں بھی نیم گرم دودھ کے ساتھ بہم راحت پہنچاتی ہے۔

معمول مطب بنائیں۔ اوراپنی خصوصی دعاؤں میں یادرکھیں۔

گاؤدنتی ایک پاو

اجوائن ایک پاو

*کوارگندل ایک پاو *

نشادر ٹھیکری ایک پاو

*پھٹکڑی سفید ایک پاو *

گاودنتی کے علاوہ تمام اجزاء کا نغدہ بنالیں درمیان میں *گاودنتی رکھ کر کے 20 کلو کی آگ دیں ہر قسم کے بخاروں کے لیے بہترین کشتہ گاودنتی تیار ہے 500 Mg صبح و شام ہمراہ چائے دیں مجرب ہے*

والسلام حکیم امانت علی تبسم

کشتہ گئودنتی در کونپل برگد

گئودنتی۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔250گرام

کونپل برگد تازہ۔۔۔۔۔۔۔۔۔4 کلو

کونپل برگد کو کوٹ کر چٹنی کی طرح بنا کر نغدہ بنالیں۔ایک کوزہ گلی میں گئودنتی کو اس نغدے کے درمیان رکھ کر 35 کلو کی آگ دیں۔ ٹھنڈا ہونے پر نکال لیں اور درج ذیل اجزاء شامل کریں۔

مغز سرس۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔250گرام

موصلی سفید انڈین۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔250گرام

مقدار خوراک

ایک گرام دوا موسم کے مطابق نیم گرم دودھ یا ملک شیک سے دیں۔

فوائد: جریان اور رقت منی کا خاتمہ کر کے طبعی امساک پیدا کرے۔

ڈاکٹر ایم ادبی۔قصور

فقیر کے چولہے کی راکھ

ایک کڑاہی میں دو کلو سک پیپل کے درمیان ایک پاؤ گاودنتی اور ایک پاؤ شب یمانی رکھ کر جلا لیں سب کچھ پیس لیں ہر مرض میں مناسب بدرقہ استعمال کرائیں

محترم ڈاکٹر صاحب گوودنتی میں کیلشیم کی مقدار کتنی ہے کیا اور بھی عناصر پائے جاتے ہیں کیلشیم کے علاوہ ؟؟

گودنتی ایک پاو۔ایک سیر کنگھی بوٹی کے نگدہ میں اگ بارہ کلو حکیم عبداللہ کی کتاب جلد تین میں نسخہ درج ہے۔مردانہ امراض میں مفید ہے

کشتہ گاؤدنتی

گاوَدنتی 1 پاوَ، نغدہ گلو سبز آدھا کلو

سادہ ہانڈی میں بند کر کے صرف 4 کلو کی آگ دیں۔۔۔۔تیار ہوگا۔۔۔۔

بخار، دردجسم، سر درد، کے لیے کسی اکسیر سے کم نہیں۔۔۔۔۔

ھاضم

اجوائن دیسی، دارچینی، نمک سفید، نشادر۔۔۔۔برابروزن۔

اس ہاضم کے ساتھ 500 ایم جی ذکر کردہ گاؤدنتی کا کیپسول دیتا ہوں۔ ہر قسم کی سر درد، جسمانی درداور بخار کو فوری ریلیف مل جاتا ہے۔۔

ہاضم کی مقدار4رتی سے 2 گرام تک بھی دے سکتے ہیں۔ سادہ پانی سے

اس کا کیمیائی فارمولا $Ca3\ (PO4)2$ ہے۔

تین حصے کیلشیم، دوحصے فاسفورس اوراٹھ حصے آکسیجن Ca^3، O^8، P^2

کچھ باتیں تجربہ سے سامنے آتی ہیں۔۔۔۔ صدیوں کے تجربات نے ثابت کیا ہے کہ کم آگ سے کشتے کچے رہ جاتے ہیں کامل نہیں ہوتے۔۔ اور بعض کچے کشتے انتہائی نقصان دہ بھی ہوتے ہیں جیسے پارے یا کاپر وغیرہ کا۔۔ اوراسی طرح زیادہ آگ سے بھی بے اثر ہوجاتے ہیں۔ یا اصل چیز ہی غائب ہوجاتی ہے اور محض بے اثر راکھ کے کچھ ہاتھ نہیں آتا۔۔۔ لہذا سابقین نے آگ کی جتنی مقدار بتائی ہواس سے تجاوز نہیں کرنا چاہیئے۔۔ ہاں نیا تجربہ کرنا ایک الگ بات ہے۔

کشتہ گؤدنتی دربھنگ

ڈاکٹر تنویراقبال بٹ

بانی وچیرمین پاک طبی ریسرچ فاؤنڈیشن

ھوالشافی

ایک عدد کوزہ گلی مع ڈھکن، گوَدنتی ایک پاوَ، برگ بھنگ تازہ دو کلو، اوپلے پندرہ کلو۔

ترکیب تیاری :۔ کوزہ اورڈھکن کو علیحدہ علیحدہ معروف طریقہ سے گل حکمت کرلیں۔

گوَدنتی کے تولہ تولہ کے اندازے سے ٹکڑے کرلیں۔

برگ بھنگ کو گھوٹ کر نغدہ تیار کرلیں۔

کوزہ گلی میں نصف نغدہ بچھا کراوپر گوَدنتی کے ٹکڑے چن دیں۔ اور بقایا نغدہ اوپر ڈال کر کوزہ کے ڈھکن کو اوپر رکھ کر اچھی طرح سے مٹی سے گلحکمت کردیں۔

اورکسی گڑھے میں معروف طریقہ سے آگ دے ڈالیں۔

آگ مکمل سرد ہونے پہ کوزہ میں سے گئو دنتی کے ٹکڑے نکال کر کسی کھرل میں آب بھنگ مقطر سے دو گھنٹے کھرل کر کے کسی شیشی میں محفوظ رکھیں۔

مقدار خوراک :-ڈھائی سو ملی گرام صبح وشام شربت صندل سے استعمال کروائیں۔

فوائد : ۔ پیشاب کی بندش، جلن دار سیلان الرحم، پیشاب کی نالی کی انفیکشن اور بار بار سوزاک ہوجانے میں مکمل طور پہ شفاء بخش ثابت ہوتا ہے۔

مدربول ادویات میں بطور معاون شامل کرنے سے اکسیری صفات بڑھ جاتی ہیں۔

ماشاءاللہ سر جی زبردست ہے

میں نے یہ ابھی گرمیوں میں بنایا تھا جریان اور لیکوریا پر دیا تو واقعی لاجواب پایا

کشتہ گؤدنتی مرکب سمی

اس نسخہ کی ترکیب کسی دوست کی وساطت سے محفوظ تھی۔ صاحب ترکیب یا کس کتاب سے یے نام یاد نہیں لیکن ترکیب بھی اعلی ہے اور رزلٹ بھی ماشاءاللہ عمدہ۔

ڈاکٹر تنویر اقبال بٹ

بانی وچیرمین پاک طبی ریسرچ فاؤنڈیشن

* ھوالشافی *

سفوف گئو دنتی۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔100 گرام

سفوف پھٹکری۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔100 گرام

سم الفار۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔تین گرام

ترکیب تیاری :-ایک بڑی ھنڈیا لیں (پانچ کلو گنجائش والی) اس میں پہلے نصف پھٹکری بچھا دیں۔ اس کے اوپر نصف گئو دنتی بچھا کر سم الفار سفوف کردہ چھڑک دیں۔ پھر بقایا نصف گئو دنتی ڈال کر اوپر بقایا نصف پھٹکری کا سفوف بچھا کر ھنڈیا پہ ڈھکن رکھ کر اچھی طرح گلحکمت کر دیں۔

کسی محفوظ الہوا جگہ گڑھے وغیرہ میں بیس کلواپلوں کی آگ دیں۔ آگ اچھی طرح سرد ہونے پر ھنڈیا سے جو کچھ برآمد ہو۔ نکال کر عرق گاؤزبان میں ایک روز کامل کھرل کر کے شیشہ کے جار میں محفوظ رکھیں۔

خوراک :-ایک چاول سے ایک رتی حسب عمر و طاقت ایک سے دو وقت بدرقہ مناسب سے استعمال کروائیں۔

فوائد :-کہنہ سے کہنہ بخار، ٹائیفائیڈ تک کے مکمل اثرات ہفتہ عشرہ میں مکمل ختم کر دیتا ہے۔چہرہ کی پژمردگی دور کرتا ہے۔

اطباء کرام مختلف بدرقہ جات سے استعمال کروا کے کئی قسم کے فوائد حاصل کر سکتے ہیں۔۔۔رطوبتی امراض میں خوب کام کرتا ہے۔

کشتہ گؤدنتی مرکب سمی

تقریبا ایک ماہ پہلے بنایا تھا۔ کچھ اوزان کا فرق تھا۔۔۔۔۔

زاج 1 کلو، گئودنتی 1 کلو، سم الفار 10 گرام۔

ایک ماہ میں تقریبا 300 سے زیادہ پیشنٹوں کو استعمال کروایا۔۔۔۔۔

90 فیصد لوگوں کو فائدہ ہوا۔۔۔۔۔

چند ایک نے سانس کی تنگی کی شکایت بھی کی۔۔۔۔۔

چند یوم پہلے ہلکا بخار، سردی محسوس ہونے پر میں نے خود استعمال کیا تو مجھے خود سانس کی تنگی محسوس ہوئی۔

آئندہ جب بنائیں تو زاج نصف کلو شامل کریں اور نیم گرم دودھ سے دوا کھلائیں۔ امید ہے کہ شکایت جاتی رہے گی۔

جہاں سم الفار جائے۔ وہاں تو تمام دوا گرم دودھ سے میں ہمیشہ استعمال کرواتا ہوں۔

اگر لیپڈ پروفائل میں ٹرائی گلیسرائڈ یا کولیسٹرول لیول ہائی ہو تب بھی تو ایسا ہو سکتا ہے

انتہائی خشک مزاج کا حامل ہونے کی وجہ سے رطوبات زیادہ خشک ہو جانے سے وقتی طور پہ سانس کی تنگی محسوس ہو سکتی ہے۔ جو دودھ وغیرہ کے استعمال سے ختم ہو جاتی ہے۔

بہت ہی اچھی بات اور احسن رجحان ہے کہ ممکنہ سائیڈ ایفیکٹس پہ بھی بات ہو رہی ہے

ٹائیفائیڈ۔۔۔۔۔ابتدائی درجے میں سم الفار کا مرکب نہیں دیتے نقصان دہ ثابت ہوتا ہے۔۔۔ تیسرے درجے میں سم لفار کا مرکب معجز نما ثابت ہوتا ہے

جس درجہ کی کوئی دوا ہوتی ہے وہ مرض کے اسی درجہ میں بہتر کام کرتی ہے۔

سر جی کہنہ بخار سے کیا مراد ہے ؟

زیادہ سوال کرنے پر پیشگی معذرت۔

بندہ طالب طب ھے اور صحیح سیکھنا چاہتا ھے۔

طفل مکتب۔ زبیر احمد کراچی۔

وہ بخار جو پرانا ہو چکا ہو* کہنہ فارسی زبان کا لفظ ہے*، جس کا مطلب *قدیم، دیرینہ*

گئودنتی اکلو
سہاگہ سفید اکلو
ھڑتال ورقیہ 2 تولہ
اسطرح بنائیں اور استعمال کرائیں۔ یہ ھمارا معمول مطب ھے
کوئی گھبراہٹ بے چینی نہیں ھوگی ان شاء اللہ

حکیم شاھد محمود سیفی

کشتہ گودنتی در آب سیب

گودنتی ادھا کلو لے کر کوئلوں کے اوپر رکھ دیں جب گاوَدنتی اکسائیڈ ہو جائے تو پیس کر اس میں برابر وزن سیب کا پانی ڈال کر کھرل کریں جب ٹکی بننے کے قابل ہو جائے تو چھوٹی چھوٹی پتاشے جیسی ٹکیاں بنا کر خشک کر لیں کوزے میں ڈال کر گل حکمت کرے گل حکمت خشک ہونے پر 15 سے 20 کلو کی گڑھے کی اگ دے دیں اب ٹکیاں نکال کر پیس کر دوبارہ برابر وزن سیب کا پانی لگا کر دوبارہ اس طرح ٹوٹل تین عمل کر لیں بس تیار ہے مقدار خوراک ایک رتی فوائد ٹائیفائیڈ بخار اور ایسے مریض جن کی ایچ بی کم ہو چکی ہو ٹائیفائیڈ بخار کی وجہ اور ایسے مریض جن کا دل کمزور ہو چکا ہو لمبا ٹائم بخار یا دیگر بیماریوں کی وجہ سے ان کو کشمش یا منقہ کے ساتھ بی دے سکتے ہیں

کشتہ گاؤدنتی در کوار گوندل

مجھے میرے ایک حکیم دوست نے درج ذیل نسخہ کشتہ گاوَدنتی عطا کیا تھا اور بڑے یقین کے ساتھ بتایا تھا کہ اس کا رزلٹ بہت عمدہ ہے۔ اس دوست نے ایک پڑیا میں بنا بنایا بھی مجھے ہدیہ کیا۔ میں نے وہ استعمال کروایا تو بہت زیادہ مفید ثابت ہوا۔ (ابھی تک خود نہیں بنا سکا)

میری مریضہ ایک خاتون مسلسل ٹائیفائیڈ بخار کی شکایت کی وجہ سے سوکھ کر کانٹا بن چکی تھی۔ اسے فقط دو ہفتے استعمال کروایا۔ کھانا سوائے گندم کے دلیے کے سب کچھ بند کر دیا۔ صبح کے وقت تین ماشہ دہی کے ساتھ، دوپہر اور شام کو چائے کے ساتھ۔ تو پہلے اسے شدید بخار رہوا، لیکن میں نے کہا کہ کوئی بھی مزید دوا لیے بغیر اس کا استعمال جاری رکھیں۔ الحمد للہ چند ہی دنوں کے بعد اسے افاقہ ہو گیا۔ اب ماشاء اللہ صحت اچھی ہے۔

کشتہ کا طریقہ درج ذیل ہے:

٭ ھوالشافی ٭

گاؤدنتی... ایک پاؤ

اجوائن دیسی... ایک پاؤ

پھٹکڑی سفید... ایک پاؤ

نوشادر ٹھیکری... ایک پاؤ

گوداکوار گوندل (الوویرا جیل)... ایک پاؤ

٭ ترکیب ٭

گاؤدنتی اور ایلوویرا کے سوا تمام چیزیں باریک پیس لیں۔ پھر اس پاؤڈر میں ایلوویرا جیل ڈال کر اچھی طرح مکس کریں۔ پھر مٹی کے برتن میں آدھی دوائی نیچے بچھا کر اس پر گاؤدنتی رکھ کر پھر دوبارہ باقی دوائی اوپر رکھ کر بطریق معروف گل حکمت کرلیں۔ دس کلو کوئلوں کی آگ دیں۔ آخر میں گاؤدنتی نکال کر باریک سفوف کرلیں۔ لیجیے! کشتہ گاؤدنتی تیار ہے۔

٭ ترکیب استعمال ٭:

مریض کو کھانا پینا سب بند کردیں۔ صرف گندم کا دلیہ دے سکتے ہیں۔ مقدار خوراک تین تین ماشہ، تین اوقات میں دیں۔ صبح دہی کے ساتھ اور دوپہر و شام کو چائے کے ساتھ۔

ان شاء اللہ العزیز آٹھ دن میں بہت اچھا رزلٹ ملے گا۔

اگر نسخہ بنا کر فائدہ ملے تو مجھے پرسنل میں ضرور مطلع فرمائیں۔ نیز مجھے اور میرے اساتذہ کو دعاؤں میں یاد رکھیں۔

حکیم شاکر فاروقی، ضلع ٹوبہ ٹیک سنگھ 03106905786

٭٭٭

لیں جناب

ایک اور کشتہ

گئو دنتی پاؤڈر کرلیں پاؤڈر کا وزن اپاؤ لیں

کونپل مدار آدھا کلو تازہ سے کوٹتے جائیں جب مکھن کی طرح ملائم ھوجائے تو چھوٹی چھوٹی ٹکیاں بنالیں بند و گلحکمت کر کے دس کلو کی آگ دیں ٹھنڈا ھونے پر نکال کر اب گل غافث گلو اجوائن دیسی اور کوڑ انڈین ھر ایک پچاس گرام کا دردرا سفوف کر کے چار لیٹر پانی میں جوش دیں جب ایلٹر پانی بچے پن چھان کر یہ پانی کھلی آگ پر کشتہ گئو دنتی مذکورہ میں جذب کرا دیں اور دو دن کھلی ھوا میں رکھیں اس کے بعد محفوظ الھواڈبہ میں بند کرلیں نصف ماشہ صبح شام دیں

ٹائیفائڈ کا نام ونشان نہیں رھے گا انشاء اللہ

ساتھ میں خمیرہ مروارید بھی دے لیں

ملیریا بخار میں کسی ھاضم یا ملین میں ملا کر دیں

یہ میرا برسوں کا معمول مطب نسخہ ھے احباب کی خدمت میں پیش ھے بنائیں اور مجھے اپنی دعاؤں میں یاد رکھیں

حکیم شاھد محمود سیفی آف فیصل آباد

*کشتہ گؤدنتی *

دھتورہ کے پتے ایک کلو لے کر گھوٹ کر نغدہ بنائیں۔ پھر ایک کوزہ گلی میں تقریبا سو گرام کی گوَدنتی کی ڈلی کو اس نغدہ میں ملفوف کر کے رکھیں اور کوزہ کو گلحکمت کر کے دس کلو اپلوں کی آگ دیں۔ آگ سرد ہونے پر گوَدنتی کو نکال کر قدرے پانی کا چھینٹا دے کر رکھ دیں۔ دوسرے دن خوب کھرل کر کے شیشی میں نگاہ رکھیں۔

بچوں کو دو رتی اور بڑوں کو چار رتی ہمراہ پانی سادہ دیں۔ روزانہ دو سے چار مرتبہ سردی کے نزلہ، زکام، کھانسی اور بخار وغیرہ کے لئے ان شاء اللہ یہ اکیلا ہی کافی ہے۔ دو تین دن میں ہی تمام عوارض دور ہو جائیں گے۔

کشتہ گئودنتی

یہ کشتہ بنانا اطباء کیلئے انتہائی آسان بھی ہے اور اطباء قدیم اسے بنا کر بہت سے کام لیا کرتے تھے, دیکھنے کو تو یہ بیچاری ایک معمولی سی شئے ہے جسے آج کے دور میں کوئی اہمیت نہیں دی جاتی گو سابقہ ادروار میں اس پر بہت سی جگہ خواص کے معاملے میں مبالغہ آرائی بھی دیکھنے کو ملتی ہے میرے خیال میں یہ اسی کا اثر ہے کہ اس بیچاری گئو دنتی کو بھلا دیا گیا, خیر ہم اس بحث سے نکل کر اسکے فوائد پر کچھ لکھنے کی جسارت کرتے ہیں ـ

امید ہے دوست احباب اس گئو دنتی سے فوائد حاصل کر سکیں ـ

گودنتی کلو لیکر اسے خوب اچھی طرح کوٹ کر انتہائی باریک کریں کہ ململ کے کپڑے سے چھن جائے۔

اب درخت نیم کے ایک پاؤ پتے لیکر ان کو اچھی طرح دھو لیں تاکہ اس پر سے مٹی اور مکھیوں کا ہگا ہوا گند اتر جائے, جب بلکل صاف ہو جائیں توان پتوں کو کلو پانی میں اچھی طرح ابالیں کہ پک پک کر پانی ہرا ہو جائے یاد رہے دیگچی پر ڈھکن ڈھک کر رکھنا ہے جب پانی آدھا رہ جائے تو نیچے اتار کر اچھی طرح نچوڑ کر پتے پھینک دیں اور پانی کو گئو دنتی میں شامل کر دیں اور اچھی طرح کھرل کرتے جائیں پھر اسے خشک ہونے پر کڑاہی میں ڈالکر کھلی تیز آگ پر پکائیں گئو دنتی پانی کی طرح ابلتی اور پکتی رہے گی اسی دوران چمچ سے وقفے وقفے سے ہلاتے رہیں جب گئو دنتی شانت ہو جائے تو تیار ہو جاتی ہے۔ اسے خوب کھرل کر کے محفوظ کر لیں،

یہ کشتہ گئو دنتی بخاروں کیلئے بہترین ثابت ہوتا ہے الحمد للہ

میرا معمول مطب ہے آپ بھی اسی ترکیب سے تیار کر کے فوائد حاصل کر سکتے ہیں

ہندو دھرم کا عقیدہ ہے کہ جس گھر نیم ہو اس گھر کے پچھواڑے وید جی کھڑا روئے , یعنی اس گھر میں کوئی بیمار نہیں ہوتا اور حکیم اس گھر کے پیچھے کھڑا روتا ہے کہ اس گھر میں کوئی بیمار ہی نہیں ہوتا _ بہر حال یہ ہندوؤں کا اپنا قیاس ہے

طبی لحاظ سے ہم اسے مبالغہ ہی کہہ سکتے ہیں بعض طبی کتب میں نیم کے پتوں کو اوپر لپیٹنے کر کشتہ کرنے کا بیان ہے مگر میرا ذاتی قیاس ہے کہ جب تک کشتہ کے بیچ اس جڑی بوٹی کا پانی شامل نہ کیا جائے تو اسوقت تک اس بوٹی کیساتھ کشتہ کے وہ کامل فوائد حاصل نہیں کیئے جاسکتے۔ واللہ اعلم

حکیم محمد یوسف

جوڑوں کے کا درد طبی علاج (طب یونانی میں علاج)

تحریر : حکیم محمد رضوان ارشد

نسخہ ھوالشافی

پھٹکری سفید بریاں 5 تولہ (60 گرام)

مُقِّل مصفٰی 3 تولہ (36 گرام)

چوب چینی 3 تولہ (36 گرام)

ہلدی 3 تولہ (36 گرام)

کوڑانڈین 3 تولہ (36 گرام)

معنز کر نجوہ 3 تولہ (36 گرام)

پھٹکری سرخ بریاں 3 تولہ (36 گرام)

سورنجاں شیریں 3 تولہ (36 گرام)

پوست ہلیلہ زرد 3 تولہ (36 گرام)

*** گئوُ دنتی بریاں 2 تولہ (24 گرام)**

کلونجی 2 تولہ (24 گرام)

اجوائن خراسانی 1 تولہ (12 گرام)

مصبر 1 تولہ (12 گرام)

سنامکی 1 تولہ (12 گرام)

تمام دواؤں کا سفوف بنا کر 500 ملی گرام کے کیپسول بھر کر اسے 2 کیپسول صبح دوپہر شام کھانے کے آدھے گھنٹے بعد ہمراہ پانی کے استعمال کرائیں۔ مذکورہ نسخہ میں نے ذاتی تحقیق اور محنت سے ترتیب دیا ہے۔ اس سے بہت فائدہ پہنچتا ہے' یہ نسخہ اوسٹیو آرتھرائیٹس' نقرس' پٹھوں کے درد (Muscular Pain)' موچ (Sprain)' چوٹ لگنے کے بعد جوڑ یا پٹھوں میں ہونے والی سوجن (Inflammation) اور پٹھوں کے کھنچاؤ میں بہترین کام کرتا ہے لیکن حدّاری التہاب مفصل (Rheumatoid Arthritis) میں یہ نسخہ استعمال کرنے سے کوئی فائدہ نہیں ہوتا۔ مذکورہ نسخے کے ساتھ ساتھ اوسٹیو آرتھرائیٹس کے مریضوں کو کیلشیم اور وٹامن ڈی پر مشتمل درج ذیل نسخے کا بھی ضرور استعمال کروایا جائے۔ کشتہ بیضہ مرغ' کشتہ صدف' کشتہ مرجان اور مروارید ہم وزن لے کر' سفوف کر کے 400 ملی گرام کے کیپسول بھر لیں اور دو سے تین دفعہ روز ہمراہ مکھن اور دودھ کے مریضوں کو استعمال کروانے چاہیے اور ساتھ ساتھ مچھلی کے تیل کا ایک چھوٹا چمچ صبح / شام استعمال کیا جائے کیونکہ اس میں وٹامن ڈی ہوتا ہے جو جسم میں کیلشیم کے جذب ہونے کی رفتار کو تیز کرتا ہے۔ لہٰذا مچھلی کا تیل یا مچھلی کے تیل کے کیپسول ساتھ ساتھ مریضوں کو ضرور استعمال کروائے جائیں۔

اگر ساتھ میں یورک ایسڈ بڑھا ہوا ہو اور بخار بھی ہو تو مناسب علاج کریں۔ درج ذیل ادویات معجون سورنجاں' معجون چوب چینی' یوروسینال کو اگر ضرورت ہو تو ساتھ میں استعمال کروایا جاسکتا ہے۔ تقویت کے لیے حب اذراقی' معجون اذراقی' معجون فلاسفہ' دوالمسک معتدل جواہر دار' جواہر مہرہ وغیرہ میں سے کسی ایک کا استعمال کروایا جائے۔ سورنجاں (Colchicum) کے مرکبات کے جوڑوں کے درد میں احتیاط سے استعمال کرنا چاہیے کیونکہ اس کا زیادہ استعمال اور غیر ضروری استعمال (Agranulocytosis) اور (Mitotic Arrest) کا سبب بن سکتا ہے۔

* (گئو دنتی کو چولہا جلا کر ایک گھنٹہ تک اس پر رکھی رکھیں بریاں ہوجائے گی پھر پیس لیں)۔

نوٹ: ۔ مذکورہ بالا تحریر میرے مقالہ "جوڑوں کا درد" کا حصہ ہے۔ یہ مقالہ "پاکستان طبّی کانفرنس" کے زیر اہتمام مئی 2005 میں منعقدہ سیمینار " طب یونانی اور جوڑوں کا درد" میں پڑھا گیا تھا۔ اس مقالہ میں ،جوڑوں کی مختصر تشریح، درد، تشخیصی اور فروق الامراض پر مشتمل چند نکات، جوڑوں کے درد کے اسباب اور آخر میں جوڑوں کی بیماریوں کا ذکر ہے۔ افادہ عام کی لئے پیش خدمت ہے ۔

گشتہ گئودنتی، معمول مطلب نسخہ

ھوالشافی

1 کلو عمدہ گئو دنتی جو چمکدار قلموں والی ہو۔ اس کو ایک کلو سبز کے پانی میں ایک ہفتہ تر رکھیں۔ اس کے بعد ایک کلو نیم کے سبز پتوں کا پانی نچوڑ کر اس میں ڈال دیں۔ پھر آپ اُسے کسی برتن میں رکھ کر آگ پر چڑھا دیں اور وہ پانی ہلکی آنچ پر خشک کریں، جب پانی خشک ہوجائے تو گئو دنتی کو نکال لیں۔ اور آدھ کلو سبز گلو کے پتوں کا اور آدھ کلو نیم کے سبز صاف پتّوں کا نغدہ تیار کرلیں۔ پھر گئو دنتی کی ڈلیوں کو اس نغدہ میں رکھ کر اچھی طرح گل حکمت کریں۔ اور جب کوزہ گلی خشک ہوجائے تو 30 کلو یا 40 کلو اوپلوں کی آگ دیں۔ سرد ہونے پر نکال لیں۔ شگفتہ کشتہ برآمد ہوگا۔ اِن شاء اللہ

خوراک : 1 چاول مناسب بدرقہ کے ساتھ صبح و شام نیم گرم پانی ہے۔

فوائد : نزلہ، فلو، بخار، موسمی تبدیلی کی وجہ سے وبائی زکام، گلے کی خرابی، اینٹی وائرس ہے، یہ کمال کی چیز ہے۔ اینٹی بائیوٹک سے کم خرچ بالا نشیں۔

ختم شُد



PDF
تیار کردہ
حکیم ایم ارشد شاہین لاہور